Мы и наши родители

Ю. Никитина

SHOUT
SHARE
IT

- Ю.Никитина
  - От авторов
  - Часть 1. ТАК МЫ НАЧИНАЛИ
  - Часть 2. ТАК МЫ ЖИЛИ
  - Часть 3. ЧТО МЫ УЗНАЛИ
  - Часть 4. РЕБЕНОК СПОСОБНЫЙ НЕ ДАР ПРИРОДЫ
  - ЗАКЛЮЧЕНИЕ
  - ЛИТЕРАТУРА
  - И ВНУКИ

Ю.Никитина
Мы и наши родители

От авторов

За последнее время наше семейство просто истерзали. Стало еще меньше моментов собственной жизни, не наблюдаемой кем-то со стороны. Приезжающие перестали спрашивать разрешения не фотографирование, записи, съемку, и их отношение к нам почти целиком вошло в форму отношений зрителей к экспонатам. Стены нашего дома стали прозрачными, и мы сами стали как бы полупрозрачны - ощущение наблюдаемой породы ценных рыб.

Вот в это-то время и готовилась к печати эта книга.

Собственно, это не одна, а несколько книг, и каждая из них имеет самостоятельный взгляд на одни и те же вещи. Собранные вместе и никак не подработанные для своего соседства специально, они оказались просто подробно записанной историей приобретения человеческого опыта – опыта решения проблем, последовательно возникавших в семейной жизни, жизни с детьми.

Они были написаны в разное время. Основу первой, "Правы ли мы?", составили непосредственно дневники Б. П. и Л. А., которые велись ими с первых дней жизни каждого из нас. 1962 год, детей всего двое. все еще почти безоблачно.

Эта книга и есть лепет "новорожденных" родителей, которым все - открытие, все - радостно, нет никаких задних или далеко идущих - утилитарных - мыслей. О своих открытиях хочется немедленно рассказать и перевернуть таким образом весь мир.

Мир не перевернулся, но с профессионально озабоченным окружением (педагогами и медиками) первые жесткие столкновения произошли. Вокруг имени Никитиных возник некоторый ажиотаж, подогреваемый любопытством журналистов и почти детским упорством самих Б. П. и Л. А. Было трудно с самого начала понять, что общественно ценного можно извлечь из этого странного явления, а самим Б. П. и Л. А. разобраться было еще сложней.

Я хорошо помню, что, когда была еще воспитуемым - по возрасту - существом, слова "воспитание" в домашнем обиходе не существовало. Оно входило в ряд неких абстрактных понятий, которыми оперировали другие - люди "не мы", объясняя то, что происходило в нашей семье: "педагогика", "эксперимент", "закаливание", "разносторонний", "родители", "многодетность", "умственное развитие" и т. п. Действующая помимо нас совокупность полупонятных терминов была как бы невеселой поверхностью бурно живущего своей суматошной жизнью дома -

той его стороною, которой ему пришлось открыться наружу.

Другими словами, было нечто, называемое "воспитанием детей в семье Никитиных", и была еще наша собственная жизнь, полная совсем других проблем - не тех, которые с таким пылом решались за нас кем-то. И она, наша жизнь, настолько обросла легендами, что мы и сами подчас не можем разобраться, что было на самом деле, а что нет. Некий миф о семье Никитиных живет отдельно от нас.

Книги самих Б. П. и Л. А. - нечто среднее между тем, что есть на самом деле, и тем, что пишут. Других слов для обозначения того, что в нашем доме происходит, и они не смогли найти. Однако они пользуются достоверными сведениями, внимательно слушают мнения "жертв эксперимента", то есть наши, и за точку отсчета всегда принимают главное: насколько их способы решения реально существующих проблем применимы в других условиях, в других семьях. На мой взгляд, многие из этих решений приближаются к оптимуму, то есть универсальны, либо указывают верное направление поиска. Есть и просто бесценные, проверенные практикой сведения (глава "Что мы узнали"), которые в свое время были вытеснены из жизни псевдонаучными утверждениями и рекомендациями.

Мы и не подозревали, что были для своих родителей источниками столь ценной информации. С детства мы помимо воли втягивались в тот круговорот тем, разговоров, отношений с людьми, которые назывались в нашей семье уничижительным термином "никитинство". Нас тошнило от слов "раннее развитие". А поскольку каждый начинал выяснять собственные отношения с миром и обществом уже лет с десяти, не прекращались наши конфликты с Б. П. и Л. А. из-за поразительных несоответствий между "никитинством" и реальной семейной жизнью. Более того, как раз потому, что эти понятия относились к разным логическим и ассоциативным рядам, я в свое время была глубоко убеждена, что воспитывают-то нас как раз неправильно. Мы не скоро поняли, что речь шла об одном и том же.

Однако в конце концов все семеро детей выросли и заново начали решать те же вопросы, теперь с точки зрения собственного родительства. Как и следовало ожидать, под этим углом многое стало выглядеть иначе.

Оказалось, что абсолютное здоровье, самостоятельное постижение окружающего мира одновременно с полной уверенностью в своей защищенности, существование широкого спектра возможностей для каждого из нас, свободный их выбор, радость от жизни рядом взрослых и детей - то, в чем мы росли, чем дышали, что считали само собой разумеющимся - относятся к

реальностям только нашей семейной жизни. Большинство же родителей и детей о них просто не подозревает, хотя именно эти невероятно важные вещи не особенны, не уникальны, а повторимы.

И - нам ничего не оставалось делать, кроме как начать распространение информации по "семейному опыту" уже вполне сознательно - нам особенно доверяют, поскольку мы считаемся вроде как первоисточниками.

Единственное, чему мы сопротивляемся, как и в давнюю эпоху нашего общего детства, - это процессу превращения нашего прекрасного единственного дома в полумузей-полуаквариум, потому что общественным достоянием должна стать, уж конечно, не наша семья как таковая. Смею вас уверить, у нас имеется куча неразрешимых семейных проблем, и в качестве образца мы никуда не годимся.

Но существует опыт жизни с детьми в семье. Главная его ценность состоит, как мне кажется, в том, что из каждой проблемной ситуации Б. П. и Л. А. пытались найти выход САМОСТОЯТЕЛЬНО и на самом высоком уровне отношений: ЧЕЛОВЕК - ЧЕЛОВЕК, ЧЕЛОВЕК - МИР. При этом они наблюдали, вслушивались и пробовали, не перекладывая ответственности за свои решения на других. Они попытались избежать того распространенного варианта, когда вместо интуиции, любви, сознательности действуют самолюбие, тупое следование чужому опыту или столь же тупое его отрицание.

Естественно, что все их конкретные решения конкретных ситуаций сложились в некоторую систему, суть которой - отказ от ложных или неверно понимаемых принципов и традиций, возвращение к ЕСТЕСТВЕННОСТИ в воспитании человека. И это тоже вполне повторимо.

Ю. Никитина

Часть 1. ТАК МЫ НАЧИНАЛИ

Читатель! В книжке, которую вы держите в руках, нет никаких советов, поучений и призывов делать так, как делаем мы. Это простой рассказ о нас и наших двух сынишках, о трех бабушках и бесконечных спорах между нами.

- Позвольте! - скажете вы. - Зачем же мне такая книга? У меня у самого парню три года, и я тоже с тещей не во всем согласен. Нет уж, вы мне дайте лучше что-нибудь вроде "Советов молодым родителям", чтобы там было ясно сказано, что можно, а чего нельзя, как надо и как не надо.

И все-таки подождите откладывать эту книжку в сторону: полистайте ее, посмотрите фотографии. Может быть, тогда вам захочется узнать о нас больше, а может быть, прочтя книжку до конца, вы скажете:

- А ведь верно - тут есть над чем поразмыслить...

Редко кто удерживается от удивленных восклицаний, видя впервые наших малышей:

- И вы позволяете такому малышу бегать босиком по полу? Ведь у вас прохладно! Не боитесь, что простудится?

- Как? Неужели такой карапуз уже сам ест? И ему не надо помогать?

- Он сам носит посуду? А вы не боитесь, что он разобьет стакан? Нет? Удивительно!

- Смотрите, смотрите, сам наливает в чайник воду! И как аккуратно!

- Что это у вас Алеши давно не видно и не слышно? Неужели так долго он может возиться с кубиками?

- Сколько он уже знает букв? Все? А не слишком ли рано?

- Возьмите скорее у него пилу, ведь он порежется! Вы уверены, что нет?

- У него турник в комнате? И он вниз головой висит? Как легко и ловко это у него выходит!

- Какой молодец! Сначала угостил конфеткой папу и маму, а потом только сам откусил!

- Сколько же ему лет? Всего три года? Не может быть! Как же вы этого достигли?

Как достигли... Хотите узнать как? Послушайте сначала, что говорят о наших способах воспитания.

Н. В., учительница. Ну и молодцы! Будет у меня ребенок - отдам вам его для закалки.

Бабушка Дина. Разве это воспитание? Это дрессировка, так животных дрессируют!

Прохожий. Ишь, какие умные: сами в пальто, а ребенок раздетый!

Бабушка Саша. Разве это родители?! Мальчишка орет, а они как каменные!..

Детский врач. Смело, очень смело! Как вы идете на такой риск? Я со своим сыном никак не решусь, хотя чувствую, что это надо... Очень, очень интересно.

Второй детский врач (качает головой весьма неодобрительно). Это уже, пожалуй, слишком - это крайность.

А сколько пророчеств, большей частью страшных, приходится нам слышать:

- Ревматизм младенцу обеспечен.

- Завтра же будет воспаление легких.

- Без грыжи ему не прожить.

А хорошее предсказывают редко...

И несмотря ни на что, мы продолжаем делать по-своему, хотя, скажем прямо, это бывает иногда трудно.

Под одной крышей

Семья наша небольшая - папа, мама и два сынишки. Старшему, Алеше, пошел третий годок, а Антоник делает первые шаги в своей жизни - ему нет и года. Мы оба учителя и оба работаем. В одном доме с нами живут и наши две бабушки. Бабушка Дина - учительница-пенсионерка. Ее в нашем поселке все хорошо знают - и как учительницу, и как депутата райсовета. Десятки, даже сотни людей приходят к ней за советами, к ее мнению прислушиваются. А мы нередко поступаем вопреки ее советам и требованиям.

- Мой долг - предупредить, - строго поджав губы, говорит в таких случаях бабушка. - Делайте как хотите, но потом... - и она делает многозначительную паузу, - пеняйте на себя.

И мы делаем по-своему. А ее это огорчает и обижает. Хорошо, что это не отражается на наших взаимоотношениях. А вот с бабушкой Сашей "дипломатические отношения" то и дело нарушаются.

- И что вы за люди, какие вы родители, вам бы только родить, а там пусть растут как трава - никакой заботы! - возмущается она, гремя на кухне кастрюлями, а потом уезжает "успокаивать нервы"

в Москву к сестре - бабушке Оле.

Дядя Володя и его жена, тетя Таня, работают в Москве, бывают дома только по вечерам и в наши споры обычно не вмешиваются. Одно ясно: своих будущих детей они так воспитывать не собираются.

- Главное для ребенка - спокойная нервная система, - философски-снисходительно рассуждает дядя Володя, - нечего ее раньше времени дергать всякими принципами.

- А я хочу, - мечтательно произносит тетя Таня, - чтобы мой ребенок был натурой тонкой, поэтичной, чтобы любил красивое, музыку, чтобы было в нем какое-то благородство.

Трудовая сторона человеческой жизни в Танином идеале почему-то не учитывается.

Несмотря на столь разные характеры живущих под одной крышей, в одном все сходятся: все любят наших малышей и хотят лучшего для них. И даже немножко гордятся ими.

Вот приходит к бабушке Дине кто-нибудь из ее многочисленных посетителей. Алеша летит навстречу босиком, в одних трусиках.

- Ой, батюшки! - ребенок-то у вас босиком и голиком. Да у него даже ножки посинели! Ты не подходи к нам - мы с холода - простудишься!

- Ничего, он у нас закаленный, - явно гордясь внуком, говорит бабушка Дина.

- А это что за сооружение? - спрашивают гости, рассматривая наш комнатный турничок.

- Это турник, - объясняет мама.

- Аёсин, - деловито добавляет Алеша и мчится к турничку. Вот он уже висит на нем, легко подняв кверху ножки.

- Вы подумайте! - снова удивляются гости. И глаза бабушки снова светятся гордостью.

Как в такие минуты нас объединяет общая радость!

И все было бы хорошо, и жили бы мы мирно, и ребятишки росли бы благополучно, если бы... А это "если бы" - мы - отец с матерью. В нас-то все несчастье, в нас вся беда. В глазах бабушек мы не родные отец с матерью, а плохие отчим с мачехой или еще того хуже. "И просто странно, почему это дети так привязаны к вам?" - удивляются они.

Холод - доктор, холод - друг

Причин для возмущения у бабушек, конечно, достаточно. "Мучить" своих "несчастных" ребятишек мы начинаем чуть не с первых дней их жизни. Алеша родился 1 июня 1959 года. "Домом" для него стала наша терраса. С первых дней мама начала закалять его: развернет и положит в кроватку голенького, сначала всего на 3-5 минут, потом на 10, а потом все больше и больше, пока он весь не станет прохладненький. И так в любую погоду.

Недоброжелательно поглядывали бабушки на все эти "неумные эксперименты". Бабушка Дина замечала сдержанно:

- Ведь он замерз, заверни его хоть в пеленку. Он еще слишком мал для подобных вещей.

Бабушка Саша выражалась более решительно:

- Вы что, уморить его хотите?! Где это видано, чтоб новорожденного голым на улице держать?!

А уж если при этом Алеше вздумается всплакнуть (мало ли у такого человечка может быть разных причин!), а мама сразу к нему не подходит (дел у нее хоть отбавляй), тогда совсем скандал! Отсюда и пошли наши педагогические "битвы".

- Он обязательно простудится, - предсказывали бабушки. Но проходили дни, недели и даже месяцы, Алеша лежал голенький по часу, дрыгал ножонками и ручонками и ни разу не простудился за все лето. А ведь мама устраивала ему "воздушные ванны" и по ночам, хоть летние ночи даже в июне и в июле бывают прохладные. Развернет мама маленького, чтобы переменить ему пеленки, а от него - пар.

- Сумасшедшая, - говорят ей наутро бабушки, - приходи его перевертывать в комнату. - Ты знаешь, у племянницы Марфы Петровны, которая рядом с этими, с Ивановыми-то, живет, дочку так застудили, что... - и рассказываются разные страшные истории.

Мама молчит или слабо отговаривается. Ей и самой, разумеется, страшновато, но на следующую ночь она делает опять то же. И если в прохладные дни ножонки у Алеши синели, это никак не сказывалось на его настроении, он был весел и бодр. Папа с мамой дружно отбивали "атаки" бабушек, хотя иногда приходилось "отступать на заранее не подготовленные позиции".

Были сражения и по поводу солнечных ванн. Двух-трехмесячного Алешу папа выносил голенького на солнышко и "поджаривал" со всех сторон 1-2 минуты. Женщины беспокоились, а Алеша рос нормально, прибавлял в весе, быстро развивался и не оправдывал ни одного из печальных предсказаний бабушек. Была, правда, одна неприятность, от которой мы не могли избавиться никакими средствами. Но она, пожалуй, заставила нас закалять Алешу больше, чем решились бы мы делать это сами.

На второй или третий месяц жизни у Алеши на головке и на личике появились какие-то прозрачные прыщики. Они лопались, мокли и сливались в сплошную корку. Кожа в этих местах - зудела, Алеша расчесывал ее до крови и плакал. Врачи называли эту болезнь "экссудативный диатез", прописывали лекарства, мази, примочки, кварц, но ничто не помогало. Иногда болезнь как будто утихала, кожа очищалась, и мы радовались, но потом болезнь вдруг вспыхивала с новой силой, хотя никаких причин к этому, казалось, не было.

Мама иногда строго соблюдала диету, в течение месяца не брала в рот ничего запрещенного, а иногда в отчаянии забывала обо всех советах врачей, ела все без разбора и, что можно, давала Алеше. Болезнь будто смеялась над нами и врачами, вспыхивала и угасала, когда ей захочется.

Исстрадались, глядя на это, и бабушки, добывали какие-то рецепты и лекарства, рекомендованные как самые верные средства. Не помогали и они. Нужна была какая-то другая помощь. И вот одного врага болезни мы все-таки нашли. Он стал нашим и Алешиным другом. Вот что записано в дневнике.

"В тепле (выше 15 градусов) кожа у Алеши краснеет и начинает зудеть. Алеша расчесывает ножки, ручки, лобик, при этом просыпается, плачет, долго не спит, и уж тут всем не до сна, в особенности маме. А в прохладной комнате он чувствует себя лучше, зуд прекращается. Алеша оживает, бодро ползет по полу, смеется и играет. Но стоит только одеть его потеплее, как может снова начаться зуд. И лучшее средство от него - холод".

Мы раздевали Алешу и голенького или в одной распашонке выносили в тамбур или даже на воздух (это зимой-то!). Сначала, конечно, побаивались и выносили на 10-15 секунд, а потом на минуту и больше. А к концу зимы мы уже так осмелели, что на двух-трехградусный мороз выходили, надев Алеше только распашонку и посадив его в мешок (мама нашила Алеше мешков с резинкой вместо пеленок, они очень удобны).

- Совсем с ума сошли! - возмущались бабушки - Нашли способ лечения!

А на холоде зуд прекращался буквально через несколько секунд. После принятия такой "холодной ванны" Алеша переставал плакать и чесаться и начинал спокойно ползать и играть.

К девяти месяцам он был уже прекрасно закален, ползал в комнате голеньким даже при 10-12 гр. Мы смотрели на него, и самим иногда становилось страшновато. Но веселая рожица Алеши и радостная возня с игрушками успокаивали нас. А к синим пяточкам все мы привыкли.

Одни бабушки с трудом переносили это зрелище, но возражать не пытались - Алешка-то не болел! И все-таки без пророчеств не обходилось:

- Застудите вы его! Вот увидите!

И вновь не оправдывались бабушкины предсказания. Зато второго сына - Антошу - мы посадили на холодный режим уже без всяких колебаний.

Всю зиму наши малыши спят на застекленной террасе. И тут у мамы только одна забота: "Как бы не перекутать!"

Зимой перед сном, а иногда и на всю ночь мы полностью открываем форточку. К утру становится довольно прохладно, а сынишки спокойно посапывают, лежа в мешках или под простынками.

Мы никогда не употребляем такие слова, как "сквозняк", "продует", "простуда", и только от бабушек их можно услышать, да кто-нибудь из посетителей, старательно прикрывая дверь, говорит:

- Возьмите скорее на руки крошку: от двери холод-то какой идет!

Мы успокаиваем, говоря, что малышу это не страшно, и в доказательство иногда показываем снимок, сделанный в одно солнечное февральское воскресенье. Правда, некоторые знакомые, глядя на снимок, полуутверждая, спрашивают:

- После этого у обоих было воспаление легких?

И когда мы отвечаем "нет", они недоверчиво качают головами. Чувствуется, как трудно им в это поверить. На помощь приходит бабушка Дина, которая со временем убедилась-таки в безопасности и даже явной полезности для Алеши прохладной температуры.

Дома, в комнате, где всегда тепло (18-20 гр.), а летом на террасе и во дворе малыши обычно бегают голенькими и босиком. Они так к этому привыкли, что только к двум годам Алеша стал надевать трусики. Но даже теперь, если вдруг представится случай их не надевать, он немедленно этим воспользуется. Довод бабушек: "Стыдно ходить без штанов!" - на Алешу пока не производит впечатления.

А каша тут ни при чем

- Каши надо больше есть - крепким будешь, - говорят бабушки Алеше. - Доедай все: в тарелке сила твоя остается.

Кормить побольше и повкуснее, по мнению бабушек, - старый и верный способ сделать малышей здоровыми и сильными.

- Недаром говорят про слабого: мало каши ел! Главное, чтоб сыт был, а остальное приложится.

А мы этот способ считаем хорошим только для накопления жира. И никогда не пытаемся ничего впихивать в рот малышам насильно, вполне доверяя при этом матушке-природе: пусть едят сколько хотят.

А вот что касается остального, которое будто бы прилагается к сытости, - тут уж, позвольте, есть все основания сомневаться.

- Что-то я не знаю ни одного спортсмена, который бы развивал силу и ловкость, сидя за обеденным столом, - смеется папа. - Тут тренировка нужна.

И первым "тренером" малышей становится мама. Антоше только три месяца, а он уже крепко держится за пальцы ее руки, и мама тянет его к себе. У Антоши широко открыты от удивления глазенки. А мама то приподнимет его, то снова отпустит руку, и как ни пыжится Антоша, как ни цепляется крепче за мамины пальцы, все равно приходится ложиться опять на спину. Такое упражнение нравится ему. С ростом малыша упражнения усложняются.

Когда Алеша уже крепко стоял на ногах, папа решил:

- Пора переходить к серьезной тренировке.

И вот рядом с папиным турником во дворе появляются еще два: повыше и пониже. Самый маленький для Алеши, а повыше - для соседских ребятишек, которым уже по 6-7 лет. Они "водятся" с Алешей, несмотря на большую разницу в возрасте. "Гимнастическую секцию" из этих "разнокалиберных гимнастов" папе организовать просто некогда, но есть у него тайное желание - заразить Алешу и Антошу, а заодно, может быть, и их приятелей любовью к спорту. Папа, сам влюбленный в турники и беговые дорожки, по себе знает, что страсть эта - лучший и верный путь к силе и здоровью. Вот он и пускается на такие "хитрости", как устройство трех турников сразу.

Соберутся ребятишки во дворе, а папа бросит свои дела и к ним. То какое-нибудь дело затеет, то на турнике "тряхнет стариной". Ребятишкам такое зрелище - редкость. Стоят, разинув рты.

- А теперь вы покажите, что умеете! Кто может ноги до турника поднять? А кто влезет на него?

И пойдут ребята щеголять друг перед другом. Каждому хочется блеснуть. Алеша, хоть и мал, кое в чем тоже не уступает большим. Саша, высокий, застенчивый мальчик, пойдет в этом году в школу, а ноги поднять до турника не может, подтянуться -

тоже, только качается на турнике, смущенно улыбаясь. Обидно - все могут, даже маленький Алеша, а он нет!

- Скоро устроим соревнование - кто лучше, - обещает папа, - приходите почаще заниматься!

- А можно каждый день?

- Можно, пока ладошки не заболят - тогда уж хватит! - советует папа.

И ребятишки приходят. Даже Саша, выбрав момент, когда у турников никого нет, тоже старательно тянет непослушные ноги вверх.

А наступила зима - пришлось "спортзал" устроить в комнате. Поставили стальную трубу до потолка, а к стене и трубе прикрепили турник. И тоже в два этажа - малышам и старшим. Маленький турник легко снять - вынул гвоздик и перекладинку долой - занимайся на верхнем. Мама сшила большой мягкий матрасик, почти спортивный мат. Он лежит сложенный вдвое под турником, но его можно вытащить на середину комнаты, расстелить, и такое раздолье для кувырков, стоек, мостиков! Ребятишки готовы кувыркаться даже друг по другу - всем хочется сразу. Но папа или кто-нибудь из ребят постарше устанавливает "очередь". Удовольствие большое и редкое. Где это и кто позволит устраивать этакий "цирк" в комнате?

И вдобавок ко всему этому у папы есть еще два динамометра, измеряющих силу кисти руки (тоже большой и маленький) - ребята наперебой жмут динамометр и с азартом сравнивают результаты.

- Ух, ты! - слышится то и дело.

А малыши тем временем крепнут. Никто не стоит над ними, не заставляет: "Занимайся!", "Тренируйся!" Только наша искренняя радость, если есть успехи у ребят, и поддержка в случае неудач (да и спортивные снаряды всегда под рукой). А силенки все растут и растут. И папа уж не упустит случая помочь сыновьям в их занятиях.

Между нами и бабушками опять происходят споры.

- Не беги, упадешь! - останавливает бабушка Дина Алешу, мчащегося по дорожке сада. - Тише! Тише, ты, угорелый! Расшибешься!

- Молодец! Хорошо бегаешь! А еще быстрее можешь? - подзадоривает папа в подобных случаях.

- Да ведь убиться может! Тут под горку, да еще шлак, - беспокоится бабушка.

- Ну что с ним будет? Подумаешь, скорость у него - двухгодовалого! Самое большое - нос обдерет! - успокаивает бабушку папа. - Да и падает ведь он просто мастерски. Нам с вами

далеко до него. Вчера Алеша увидел, что мама идет с работы - и как припустит навстречу! А там под горку. И споткнулся на всем лету. Я думал: нос уж он расквасит обязательно. А он изогнулся дугой и, как конь-качалка, перекатился с живота на грудь, а потом на руки. И носа даже в пыли не выпачкал. Вскочил как ни в чем не бывало - и дальше. А посмотрите, как он со стульев падает! - продолжает папа. - Это же виртуоз своего дела. Глядя на Алешу, можно книгу написать "Как падать и не расшибаться при этом".

Но разве бабушке докажешь? Она все свое:

- И зачем это нужно? Как будто без этого нельзя обойтись!

Да, представьте себе, даже сейчас это бывает необходимо! Сколько раз Алешу и Антона выручали крепкие и, главное, цепкие ручонки? Вот мама посадила младшего в коляску, дала игрушку, а сама занялась чем-то на кухне. Вдруг Антон громко заплакал. Она к нему. И что же: Антона в коляске уже нет, но ручонками он так крепко успел ухватиться за край коляски, что застрял на полпути. Висит и не падает на пол. Тут его мама и выручила. А упади он на пол, головенкой мог бы сильно удариться.

У Алеши - страсть к поездам. Он может подолгу стоять у окна и ждать, когда поезд покажется вдали. Но окно высоко, и Алеша использует велосипед в качестве подставки: руками ухватится за раму, а ноги на педалях. Поезда все нет и нет, стоять становится скучно, и Алеша начинает раскачиваться на педалях туда-сюда, туда-сюда. Вдруг неловкое движение - обе ноги соскочили с педалей, и Алеша повис, крепко вцепившись в раму руками и поддерживая себя даже подбородком. Ноги разыскивают ускользнувшие педали, а руки надежно держат его у рамы. И Алеша нашел педали, и снова встал на них, и снова стал покачиваться туда-сюда. Не упал он потому, что не только крепко висит, но даже может подтянуться вверх. Ему и невдомек, какой опасности он избежал, не свалившись верхом на зубчатое колесо.

Да! Во многих случаях жизни могут пригодиться и силенка, и цепкость, и ловкость.

"Плохая" мама и "хорошая" бабушка

Гора посуды на кухонном столе - у мамы. Гора игрушек на маленьком складном столике - у Алеши. Оба заняты делом: мама, напевая, моет посуду, а Алеша погружен в обычный утренний "осмотр своих владений". Каждую игрушку он осматривает,

пробует ее "на стук", "на зуб", "на вкус", затем, не глядя уже на нее, бросает на пол, а иногда следит, наклонившись через перильца, как она ударится и стукнет об пол. Этого занятия ему иногда хватает на полчаса. Когда игрушки иссякают на столе, мама на ходу подсовывает Алеше то кружку, то крышку от кастрюли, то большую ложку.

Когда все испробованное и надоевшее валяется вокруг, Алеше становится "скучно". Он тянет ручки к маме и сначала тихонько, а потом все громче начинает похныкивать. А маме некогда.

- Подожди, Алешенька, еще немного осталось. Давай-ка с тобой поговорим лучше... - успокаивает она его.

А Алеша, вместо того чтобы успокоиться, может заплакать, но не надолго - на полминутки, на минуту. Мама это знает и, не беря его на руки, продолжает "разговор" с ним. Алеша, успокоившись, начинает ей "отвечать":

- Тя-тя-тя... дя-дя.

- Дядя, Ка-тя, Алешенька, - в тон ему говорит мама.

- Ки-ки-ки, - тоненько пищит Алеша.

- Ки-са, - тоже тоненько тянет мама, а сама радостно смеется. Улыбается и Алеша, глядя на маму, и вдруг начинает уморительно хохотать. Оба довольны.

Переделав все дела на кухне, мама переносит Алешу в комнату и кладет в кроватку. Он тут же поднимается и, ухватившись за перильца, пускается в "путешествие" по кроватке. Надолго останавливается у полотенца: берет его и сваливает к ногам; кряхтя, наклоняется, при этом стукается лбом о перильца кроватки, всхлипывает, но полотенце все-таки поднимает и... снова роняет. Наклоняясь в третий, четвертый раз, он уже жмурится и с опаской поглядывает на близкие перильца, но лбом не задевает их.

А мама тем временем убирает в комнате, протирает полы, ладит бельишко и даже иногда записывает в дневнике про Алешкины успехи.

И только немного освободившись, она берет Алешу на руки. Тут начинается "борьба" на диване и "цирковые номера". Алешка, голенький, радостно хохочет, охотно и долго прыгает на диване, держась за мамины пальцы. А мама еще напевает в такт прыжкам:

Вот как мы попрыгаем,
Ножками подрыгаем,
Ручками помашем,
Попоем и спляшем, -

или:

У Алешки все в порядке
От макушки и до пятки.
Надо с этакой фигурой
Заниматься физкультурой, -

вообще какой-то набор слов на разные мотивы. Это у мамы отдых на 15-20 минут, а у Алеши "спортивные занятия".

Потом Алеша получает бутылочку с кефиром или кашей и, опорожнив ее до дна, засыпает. А проснется - снова возится с игрушками в кроватке.

Со всем этим бабушки еще мирятся, хотя и ворчат, что "мы мало уделяем ребенку внимания". Но если они слышат Алешкин плач, то тут уж, мама, берегись!

- Ты разве не видишь, что ребенок надрывается? Уже час целый, наверно, кричит! - обрушиваются обе бабушки на маму, хотя в действительности может и двух минут не пройти.

- Зачем же доводить ребенка до крика? Ребенок должен меньше плакать. От плача у него нервная система расшатывается, - научно обосновывает бабушка Дина свои советы.

А бабушка Саша просто хватает Алешу на руки и уносит к себе. Первым делом она "успокаивает" его, причитая:

- Бедный ты мой! Дорогой ты мой! И никто тебя на ручки не берет. Все забыли Алешеньку, - и она бережно носит его по комнате, покачивая и приговаривая. Алеша тут же умолкает, и она начинает угощать его. У нее всегда припасено что-нибудь вкусненькое для Алеши, и ей кажется, что он вечно голоден. Только покормив его и напоив, она чувствует себя спокойнее.

Вот бабушка начинает играть с ним: посадит Алешу на одну ладонь и, придерживая грудку второй, "пляшет" с ним, высоко поднимает его в такт припеву. Алеша блаженно обмякает в ее полных руках, головенка у него раскачивается - он доволен. Но стоит только Алеше дать первый знак неудовольствия или пресыщения этой игрой, бабушка мгновенно прекращает ее. Тогда она укладывает его на большую мягкую кровать и играет с ним в "козу". Сделав пальцами два "рога", она "бодает" его в животик, в грудку, под мышки, и Алеша хохочет, приводя этим бабушку в восторг.

Пока Алеша у бабушки Саши, он в сытом безмятежном бездействии. Если лежит, то на самом мягком, что может найти бабушка. Если сидит, то так, чтобы его "слабая" спинка не напрягалась. А чтобы ему не было скучно, бабушка Саша его непрерывно развлекает. А надоест ей все это, она укачивает Алешу и сонного, сытого приносит маме. Это означает: "Вот как

надо с ребенком обращаться!"

И если после этого Алеша не хочет оставаться один в кроватке или на стуле, часто начинает проситься на руки и хнычет, то в этом бабушки обвиняют нас. Сначала мы еще пытались "оправдываться" и что-то доказывать.

- Ведь Алеша привыкает к рукам. На ваших руках он бездействует, а когда играет сам, ему приходится работать собственной головенкой и руками. А это ему и полезней и интересней.

Мы решили настойчиво отстаивать свою "линию" в воспитания, приучать малыша, не докучая взрослым, самому находить для себя интересные занятия.

И стало легко. Алеша уже мог часами ползать по полу террасы (благо - лето!). Остановится около коляски и примется "исследовать" колесо. И одной ручонкой, и другой пытается стащить его, а колесо не поддается. Малыш начинает сердиться, хныкать, хватать и дергать колесо резче, но все бесполезно. Сколько движений, сколько трудностей, какая энергичная деятельность! Мы невольно сравниваем ее с блаженным лежанием у бабушки на руках или с бесконечными забавами, когда бабушки заняты внуком, а внук - бабушками. Все дела при этом останавливаются - бабушки заняты "воспитанием". Когда же время на "воспитание" иссякнет - надо же и другие дела делать! - бабушка Дина говорит маме:

- Да забери же ты Алешку, у меня ни секундочки свободной, а он лезет, спасу нет!

И мама "забирает" Алешку к себе. Ей-то ребенок никогда не мешает. Она успевает делать с ним все домашние дела, и даже общественные, не отводя никакого специального времени на воспитание и постоянно ощущая светлую и ясную радость оттого, что ее сынишка с нею рядом.

Бабушка Дина говорит иногда:

- Хоть я и люблю детей, все равно самый тяжелый труд для меня - нянчить маленьких. Своих еще ничего, а вот чужих и вовсе не могу: вечное беспокойство, вечная ответственность, да и физически трудно - поди-ка целый день с одним побудь, умаешься хуже любой работы.

А мама слушает и удивляется:

- Зачем же все твои разумные, проверенные, испытанные, разнообразные способы воспитания, если они делают жизнь с детьми такой тяжкой обузой! Нет, пусть для меня она будет радостью!

И папа с ней согласен.

Алеше восемь месяцев. Недели три тому назад он первый раз самостоятельно встал, держась за перильца, а сейчас уже "путешествует" довольно свободно по всей кроватке.

Папа дает ему два больших пальца, ставит повисшего на них Алешу на пол и пробует идти с ним по комнате. Первые шаги получаются неудачными. Одна нога часто наступает на вторую, и тогда следующего шага сделать нельзя. Алеша повисает на папиных пальцах, поджимает ножки и ставит их снова на пол, но уже рядом, а не одну на другую. Такие "прогулки" ему нравятся, и как только папа подходит к Алеше, тот поднимает вверх обе ручонки: возьми, мол, меня!

В комнате стоит низенькая раскладушка. Папа превратил ее в настоящий "тренировочный снаряд" для ходьбы. Приведет Алешу папа к середине кровати, даст за нее схватиться, а сам уйдет к краю и растопырит все десять пальцев: хватайся, Алеша, за любой!

Малышу очень хочется ходить, и он тянет ручонку к папиным пальцам, но они далеко, и он хватает только воздух. Тогда он берется снова двумя руками за раскладушку и делает шажок к папе. Но и отсюда он не может достать папины пальцы, как ни тянет к ним ручонки. Алеше становится грустно, он жалобно похныкивает и вот-вот расплачется.

Мама видит Алешины "страдания" и очень сочувствует ему.

- А может, тебе немножко ближе стать? - говорит она. Но папа чувствует, что у Алеши "есть еще порох", и не уступает. И Алеша снова делает шаг, пробует схватить пальцы - снова неудача, снова хватается за кровать и снова крошечный шажок к этим, таким желанным папиным пальцам.

Зато какая радость у Алеши на личике, как смеются папа и мама, когда наконец Алеша крепко хватается сначала одной, а потом другой ручонкой за папины пальцы и отправляется в награду в длительное путешествие по всей комнате.

Очень трудны первые шаги и первые уроки. Трудно Алеше, папе, маме, но каждый раз Алеша все быстрее добирается до пальцев и через два дня уже не собирается хныкать, а бодро, разговаривая сам с собой - "тя-тя-тя", пробирается вдоль раскладушки и так увлекается, что отпускает одну ручонку и тогда начинает терять равновесие. Чтобы не упасть, он отставляет ногу назад, как штангист, и, зажмурившись (ведь возможно, что придется шлепнуться на пол), отчаянно хватается второй рукой за кровать. Но... равновесие восстановлено, сердца папы и мамы

поднимаются на свои места, а Алеша продолжает победно и невозмутимо двигаться дальше.

А еще дня через три Алеша уже обходит - и довольно быстро! - раскладушку кругом. Она становится в буквальном смысле слова "пройденным этапом".

Зато по комнатам Алеша по-прежнему очень любит путешествовать, крепко держась за папины пальцы. И вдруг однажды - что такое? - один из пальцев перестает служить Алеше опорой! Куда его Алеша не потянет, туда палец и движется. Как же быть? И Алеша через несколько минут бросает его, целиком держась за прочный и надежный, как раскладушка, второй палец. Так мы переходим к хождению по комнате с одной "опорой", а потом, недельки через две-три, когда папа почувствует, что силенок у Алеши уже достаточно, то и эта единственная "прочная опора" начинает становиться все менее прочной. Алеше приходится все больше и больше полагаться на свои силенки, и они быстро растут у него. К девяти месяцам папин или мамин палец - уже почти условная опора - так, на всякий случай, и на десятом месяце Алеша уже идет сам.

На первых порах получается еще плохо: неуверенно, тяжеловато. Падает Алеша довольно часто; после этого иногда рев. Бабушки советуют:

- Купите "вожжи" или, еще лучше, - "ходунки", ведь какая прелесть! Вы видели? Рама такая с колесами, ребенка поддерживают лямки, он на них даже повиснуть может - и ничего, никакого риска. Пустил в "ходунках", он себе и бродит - не наткнется ни на что, не упадет. Какой-то умный человек придумал...

- Умный? Я бы этого "умного" самого в "ходунки" на день посадил. Ни нагнуться, ни присесть, ни взять в руки ничего нельзя. Равновесие держать не нужно, осторожности соблюдать не надо. Не "ходунки", а лучший способ затормозить развитие ребенка, - возмущается папа. - Ребенок не будет уметь падать и, главное, не научится быть осторожным! И тогда любое падение будет для него страшный! Как вы не можете понять этого? Нет уж! Избавьте Алешу от этой "прелести"! Пусть учится падать, и это надо уметь делать в жизни.

И Алеша действительно в несколько дней научился ловко "приземляться". Если он теряет равновесие и начинает падать назад, то сразу складывается вдвое и плюхается мягким местом, если вперед - сгибает коленки и выставляет вперед ручонки. В первые дни, конечно, получалось не всегда удачно, доставалось иногда и голове. Но скоро он стал это так легко делать, что на падения и внимание перестал обращать.

А через 8-10 дней, когда Алеша сам начал вставать на ножки уже без всякой опоры и без чьей-либо помощи, совсем стало хорошо. Только слышно по комнатам, как босые ножонки: топ, топ, топ! А потом шлеп, стук! Это значит Алеша "приземлился", но неудачно, и стукнулся головой. Чаще всего после этого тишина - Алеша поднимается, а через несколько секунд опять частые и бодрые звуки: топ, топ, топ!

Гораздо реже рев - это значит, что удар оказался чувствительным. Но через несколько секунд рев прекращается, и снова слышится деловито-поспешное: топ, топ, топ, топ.

Только один раз Алеша при падении ударился очень сильно, но виноваты в этом были бабушка и папа. Папа как-то привел его домой от бабушек, где он пробыл полдня, и пустил шагать, как обычно, одного по комнате. Не успел Алеша пройти несколько шагов, как покачнулся назад и стал падать, но так странно и необычно, что у папы сердце похолодело. Вместо того, чтобы сесть, он падал на спинку плашмя и даже изогнулся назад! Папа бросился к нему, но не успел: Алеша ударился затылком о пол так сильно, что несколько секунд беззвучно открывал ротик, а потом залился отчаянным плачем. Папа держал его уже на руках и ничего не мог понять. В чем дело? Почему он так странно падал? Куда девалось Алешино умение "приземляться"?

Разгадка пришла вечером, когда бабушка Саша пришла к нам в комнату. Алеша сидел у нее на коленях, а когда сполз на пол и хотел сам идти, она пошла за ним, заботливо поддерживая одной рукой его затылочек. Если бы он вдруг качнулся назад, то затылок встретил бы бабушкину руку.

Все сразу стало ясно: полдня бабушка ходила следом за Алешей, поддерживала его затылочек, и он "забыл", как надо падать назад.

"А кирпич вкусный?"

Первая весна в жизни человека - немалое событие, особенно если этот человек впервые пробует босыми ножками землю. Дома - гладкий пол, бегать по нему - сплошное удовольствие, а тут что-то колет пяточки - не очень-то разбежишься! И на каждом шагу - новое, и все надо рассмотреть, пощупать и, конечно, попробовать на вкус: а вдруг вкусно? Новой травки еще нет - ведь только середина апреля, нет еще и листочков на деревьях. Зато все камешки на дорожке, промытые весенним дождиком, хорошо

видны. И Алеша сосредоточенно разглядывает черные блестящие угольки, серые голышки, красные осколки кирпичей. Один ярко-оранжевый кусочек ему особенно понравился, он его взял, подержал, рассмотрел, постучал им по земле и... отправил в рот. Папа стоит рядом и смотрит на это спокойно. Ведь надо же малышу узнавать свойства вещей! Даже про взрослых говорят "Глазам своим не верит, пощупать должен", - а Алеше обязательно еще нужно и на зуб, на вкус попробовать - других-то способов исследования у него нет.

- Алешенька, невкусно, - предупреждает все же папа сынишку и ждет. Алеше действительно скоро становится "невкусно", и он, кривясь, выплевывает кирпич на землю. Во рту остался противный песок. Алеша недовольно морщится и наконец со слезами бросается к папе.

Всю эту сцену видит из окна бабушка Саша и, возмущенная, выскакивает на крыльцо.

- Кирпичом накормил! Стоит и смотрит, как ребенок в рот кирпич засовывает! Нет бы отобрать, а он еще подзуживает!

Пока бабушка высказывает свое возмущение, папа успевает очистить Алеше рот от песка и вытереть ему нос. А затем пытается объяснить бабушке свое поведение.

- Ну а если бы нас тут не было, он бы все равно попробовал. Если я сейчас не позволю, он без меня кирпич в рот засунет.

- На то и глаза, чтоб за ребенком смотреть!

- Нет уж, - решительно возражает папа, - пусть сам знает, что можно и чего нельзя. Это надежнее и папиного и бабушкиного глаза. Вы думаете, он теперь будет брать в рот кирпич? Насильно не заставите. Попробуйте!

Папа протягивает Алеше кусочек кирпича, но тот, морщась, отворачивается: кирпич-то, оказывается, невкусный!

"Попробовав" так на зуб мыло, свечку, песок и другие "невкусные" вещи, Алеша стал настолько осторожным, что даже съедобные вещи, новые для него, он отказывался сразу брать в рот.

Что ж! Осторожность, добытая собственноручно и собственнозубно, ему не повредит! А папе с мамой можно не волноваться за Алешу.

Горячий чайник в роли учителя

Пока сидишь в очереди к врачу детской консультации, чего

только не наслушаешься!

- У вас уж малыш-то ходит, - завистливо вздыхает молоденькая мамаша, завертывая в пеленки двухмесячную дочку, - а моя-то когда еще пойдет - и не дождусь, наверно. Нянчись вот с ней, а то бы сама бегала - все забот меньше.

- Не завидуй, милая, - замечает старушка в платочке, - ребенок не ходит, еще благодать, а как пойдет - смотри в оба: все будет хватать и к себе в рот тащить. Только и жди какой-нибудь беды. Там и иголки, и булавки - да мало ли чего! Разве за ним усмотришь?

- Верно, верно, - соглашается мать двухлетнего карапуза, которой позавидовала было молодая женщина, - и не говорите: прямо сладу никакого нет. Уж я все прячу от него: и нитки, и иголки, и ножницы - ну все, все, а вчера смотрю - откуда только он взял! - тащит в рот английскую булавку.

- Батюшки! Ну-ну! И что же?

- Ну, отняла, конечно, а он в рев, тянется к ней, да и только! Спрятала подальше. Что же еще сделаешь?

Папа с Алешей тоже ожидают очереди к врачу и слышат этот разговор.

- А как же он узнает, что булавка острая, что она делает больно? - не выдерживает папа.

- Что ж, ему булавку в рот пихать, что ли? - недоумевает женщина.

- Да нет, конечно, но он же должен знать, что булавка колется?

- Ну и что?

- Надо, чтоб он хоть раз укололся, надо так сделать.

На это женщины отвечают все разом:

- Да кто ж это сможет?!

- Господи, да что ты говоришь-то!

- Как же собственному ребенку больно сделать? Что вы!

- Разве можно это? Да рука не поднимется.

- Будет чепуху-то молоть, милай, - выражает общее мнение старушка в платочке. - Не зря вон написано на стенах, что беречь от всего надо ребенка.

И правда, со стен требовательно кричат плакаты:

"Прячьте спички от ребенка!"

"Берегите глаза детей!"

"Не оставляйте детей с огнем!"

Где уж тут спорить? Да еще в детской консультации! А дома мы делаем иначе.

Вот Алеша уже сам пошел по комнатам. Сколько новых вещей для него и сколько опасностей! Даже безобидный стул становится

опасным, когда Алеша опрокидывает его на себя. А он уже может потянуть его так, особенно со стороны спинки, что стул свалится. Спички и иголки можно спрятать подальше, а как быть с печкой, электроплитой, горячим чайником? Да и надолго ли спрячешь спички, иголки, ножницы? Ими так часто пользуются взрослые, что рано или поздно они все равно попадут малышу в руки. И если тут не окажется рядом взрослых? Может случиться несчастье, и, может быть, непоправимое!

А если "знакомить" со всеми этими опасностями малыша? И знакомить тогда же, когда жизнь сталкивает с ними? Зная опасность, он станет осторожнее. Да и "знакомство" это будет происходить на наших глазах, и тяжелых последствий можно будет избежать. Ведь даже шестимесячный Антоша, стукнув себя по лбу погремушкой, начинает ее остерегаться. Берет погремушку ручонкой, а сам заранее жмурит глазки - вдруг стукнет его погремушка опять!

Так и решили: опасностей не скрывать.

Вот сели все завтракать. Алеше пошел уже второй год, он сидит на своем высоком стуле. Мама поставила на стол горячий чайник.

- Чайник горячий! Видишь, пар идет? - показывает папа Алеше. Что такое "чайник", Алеша знает. Спросит мама: "Где чайник?" - Алеша показывает на него пальчиком. А вот что такое "горячий" - неизвестно. Он снимал крышку с холодного чайника и решил сейчас сделать то же...

- А-а-а! - и горячая крышка катится по столу, а Алеша тянет обе ручонки к маме. Во всех бедах своей маленькой жизни он находит у нее утешение.

- Не надо брать чайник! Он горячий! - беря Алешу в руки, успокаивает мама. Но теперь слово "горячий" заставляет сынишку пуще прежнего залиться плачем. "Горячий" - это больно. И Алеша отворачивается от чайника, пряча от него свой носик у мамы на плече.

"Какие жестокие родители!" - подумают некоторые читатели. А наша бабушка Саша так и сказала:

- Ну разве это родители? Обожгли-таки ребенку руку!

Бабушка, конечно, сильно преувеличивала. Ожога никакого не было. Но теперь попробуйте (а прошел уже год) заставить Алешу взяться за горячее! Если от каши или от чая идет пар, мальчуган и за ложку не возьмется, а отодвинет блюдце или тарелку подальше от себя.

- Галяцая, дуть, мисять надя! - говорит Алеша. И только тогда, когда папа или мама сами попробуют и скажут: "Нет, не горячая, уже подули и помешали. Тепленькая", - тогда только он

примется за еду.

Были у Алеши и "холодные" уроки. Вот стоит на скамейке рядом с ведрами большая кружка. Обычно эта кружка бывает пустая, ею наливают воду из ведра в умывальник и в чайник. А сейчас она почти полна. Но Алеше этого не видно, и он, как обычно, резко сдергивает ее со скамейки: горестный плач, большая лужа на полу и холодная ванна Алешкиному голому животу и ногам. Приходится тащить в кухню большущую половую тряпку, размазывать всю эту лужу по полу и относить тряпку на место в коридор. Когда вам идет второй год, знаете, какая это крупная неприятность!

Бабушка Саша опять на нас ворчит:

- Додумались оставить полную кружку, - вот ребенок и разлил!

Сама она до сих пор старалась оставлять на скамейке только пустую кружку. А папа с мамой организуют "тайный заговор":

- Обязательно надо оставлять в кружке воду! Даже поставить еще две маленькие кружки - на кухонном столе и на скамейке. Будет внимательней.

И Алеша оправдывает наши надежды. Среди такого количества "водяных ловушек" он ходит сухим. Всего две кружки он опрокинул на себя (и не подряд, а с перерывом в несколько дней), и теперь не только кружки, но и стаканы, чашки, кастрюльки он снимает осторожно, двумя руками, предполагая, что из каждой может на него что-нибудь политься.

Постепенно мы все больше убеждались, что лучше сделать "предохранительную прививку", лучше доставить маленькую неприятность малышу, но научить его быть осторожным, чем держать его в неведении об опасностях, которые могут свалиться на него совсем неожиданно. Ведь он даже не будет знать, откуда их ожидать.

Особенно убедила нас в этом поучительная история с костром. Многому научила она и папу, и маму, и Алешу. А дело было так.

Все вышли в сад на первую уборку. Сгребли сухие листья, веточки, бумагу, мусор. Большой костер запылал посреди двора, и столб дыма поднялся высоко-высоко к небу. Алешу бабушка Дина тоже вывела в сад. А в саду что-то странное появилось. Такой высокий белый столб, и весь он движется, колышется. Алеша сразу заметил его и теперь не может отвести от него глаз. Даже шаги замедлил, и бабушке приходится тянуть его за ручонку.

Но вот костер совсем близко, языки пламени тянутся ввысь, блестят искорки над ними, и что-то иногда трещит. А когда папа бросит охапку сухих листьев, из костра вдруг повалит густой

белый дым. Ну как можно оторваться от такого зрелища? Алеша, словно зачарованный, сначала смотрит на дым, искры, веточки с огоньками, потом ему хочется подойти поближе.

- Нельзя, Алешенька, подходить близко! Уфф, обожжешься! - оттаскивает его подальше от костра бабушка.

Но как можно уйти от костра, от этого приятного тепла? Алеша пробует сопротивляться, упирается и начинает даже хныкать, но бабушка неумолима. Она крепко держит Алешу за руку и все дальше уводит его вверх по дорожке сада.

Как ему не хочется уходить! Он еле передвигает ножками, почти висит у бабушки на руке и крутит головенкой то вправо, то влево, чтобы хоть одним глазком увидеть еще раз это удивительное чудо.

Папа все это видит н понимает, как Алеше грустно. Папе самому так приятно стоять в тепле костра и смотреть на огонь. Есть что-то манящее в его пламени. Мелькает мысль: сказать бабушке, пусть мальчонка посмотрит. Нет! Лучше не надо - опять может подумать, что ее учат, еще и обидится. Папа только иногда поглядывает на удаляющуюся белую рубашонку Алеши и продолжает орудовать граблями.

А бабушка что-то рассказывает Алеше, дает ему палочку и решив, что он уже забыл о костре, отпускает его руку. Алеша минуту или две возится около, садится на корточки, ковыряет палочкой землю, потом незаметно для бабушки отправляется к таинственному костру.

Первая половина пути проходит благополучно, но потом бабушка замечает исчезновение внука и пускается в погоню:

- Алеша, не ходи туда! Нельзя туда ходить! - громко кричит она ему вслед. Но ее крик только ускоряет Алешины шаги. Надо добежать до костра, пока бабушка снова не взяла за руку. И он уже не идет, а бежит что есть мочи, чуть переваливаясь и косолапя. Скорее, скорее! До костра всего несколько шагов, а под горку бежать так легко.

Когда папа увидел его, до костра оставалось всего два-три шага, но Алеша и не думал остановиться или замедлить бег. Еще одна, две секунды - и он будет в костре!.. Папа бросился к нему и схватил у самого огня.

Прижимая крошечное тельце сынишки к груди, папа тут только почувствовал, как громко ухает его сердце. Ведь не будь он так близко - произошло бы нечто страшное. На его глазах малыш вбежал бы в костер. Воображение уже рисует папе все ужасы - страшные ожоги личика и ручонок, мучения малыша, а может быть, и... смерть!

"Что делать? - лихорадочно быстро работает мысль. - Унести

его отсюда и оставить в комнате? Это значит, что он бросится в другой раз или в другой костер. Не отпускать его от себя? Но ведь надо работать, да и костер не будет от этого менее страшен".

А Алеша не подозревает, что делается с папой. Он только удивлен: почему это папа так крепко прижимает его к себе? Его глазенки опять ищут костер, и он протягивает навстречу его по-прежнему таинственному теплу свою ручонку.

И папа решается. Опускает осторожно Алешу на землю дает ему свой мизинец, за который он по привычке крепко берется, и тихонько подходит к костру. Костер сейчас уже не полыхает, начинает угасать. От него идет приятное тепло, папа с Алешей присаживаются перед ним на корточки. Бабушка Дина тоже подошла поближе: что это отец опять выдумал?

Алеша немножко посидел, посмотрел, а потом тихонько тянет ручку к горящему с одного конца прутику. Папа чувствует за своей спиной возмущенный взгляд бабушки, но молчит. А Алеша уже вертит прутиком, на конце которого ярко светится уголек, и пытается схватить его свободной ручонкой. Ручки его еще плохо слушаются, и проходит несколько секунд, пока уголек касается второй руки.

- А-а-а-а! - захлебываясь от обиды и боли, заливается Алеша и бросается к папе на шею.

- Да что же это делается? - не может удержаться бабушка от возмущения. Но папа делает вид, что не слышит ее, и смотрит с плачущим Алешенькой, где "огонек сделал ему больно". Ожог совсем маленький, с полноготка, да и то на одном пальчике. Алеша через минуту-две успокаивается, а папа решает "проверить" его:

- Пойдем опять к огоньку? - спрашивает он. Алеша отворачивается от костра и едва сдерживаясь, чтобы не заплакать снова, торопливо произносит:

- Неть!

Бабушка слышит все это, но думает иначе, чем папа. Ее возмущает "бессердечность" отца, который "нарочно обжег ребенку руку". Но папе не до бабушкиных переживаний, его страшит, что Алеша не будет впредь осторожен. И он предпринимает еще одну "проверку". Уносит Алешу в конец двора, ставит на дорожку и предлагает ему:

- Пойдем к маме! А чтобы пройти к ней, нельзя миновать костер. Дорожка в одном месте подходит совсем близко к костру, и Алеша, не сводя с костра немного испуганных глаз, идет в этом месте медленно и бочком, держась от "огонька" как можно дальше. И только миновав "опасное место", пускается бегом, как будто опасаясь, что огонь может догнать его.

Нервное напряжение этих минут наконец спадает. Папа теперь уверен, что Алеша знает, какая это опасность - костер, и уж не бросится в него со всего разбега. Его можно пустить бродить по саду и одного.

Что говорить - успех достался нелегко: и слезы Алеши, и обожженный пальчик, и бабушкино негодование. Ведь оно не кончилось репликами в саду. Об этом говорилось вечером и на другой день. Только главного бабушка по-прежнему не видела: ее возмущала "жестокость" отца, а то, что теперь Алеша знает об опасности, которую таит в себе костер, и будет осторожным, ее почему-то почти не интересовало.

За два года Алешиной жизни в роли его "учителей" побывали многие опасные предметы. Зато Алеша теперь хорошо знает все домашние опасности. Знает, что иголка колется до крови, что топящуюся печку трогать нельзя, что Алеше можно брать только свою маленькую пилу, а к большой поперечной пиле, с острыми зубьями, лучше не подходить. Даже электроплитка, на вид такая нестрашная, может быть очень горячей, и Алеша, прежде чем прикоснуться к ней, осторожно подносит свою ладошку - не чувствуется ли тепло?

Вообще к новым для него вещам Алеша стал относиться с некоторой осторожностью. Мало ли каких неприятностей можно ожидать!

- Вы никогда не видели, как животные относятся к незнакомым предметам? - спросил однажды вечером папа. - Я сегодня видел документальный фильм: два медвежонка впервые встретились с лягушкой. Вот зрелище-то! И комичное и поучительное.

- Что ж там поучительного? - спрашивает бабушка Дина.

- А вот послушайте. Лягушка сидит посреди дорожки, и на почтительном расстоянии от нее две любопытные медвежьи мордочки. Медвежата крутят головами, нюхают воздух, протягивают лапы к лягушке, хотя до нее еще добрых два шага. Обходят, не приближаясь. Вы понимаете? Не приближаясь! Так и кажется, что они решают вопрос: что это такое? А не опасная ли это зверушка? Надо по осторожнее с нею, мало ли что может случиться! Только постепенно они приближаются к ней на шаг. Но глаз не сводят, ушки настороже. Лапы в любой момент готовы к прыжку. И вдруг лягушка прыг! Медвежат в тот же миг как будто что-то подбросило. Они метнулись от лягушки с такой быстротой, какую трудно было от них ожидать.

Мама и бабушка рассмеялись.

- Ну, действительно потешная сценка, - согласилась бабушка, - но что тут поучительного?

- Как что? - удивился папа. - Да сколько несчастных случаев с детьми было бы предотвращено, если бы наши ребятишки имели хотя бы десятую долю осторожности этих медвежат!

- Да что же ты сравниваешь ребят со зверятами? - возмущается бабушка. - У животных инстинкт, а у ребят...

- Голова на плечах! Вы попробуйте узнать в "Скорой помощи", при каких обстоятельствах происходит большинство несчастных случаев с детьми? И увидите две главные причины - незнание, что это опасно, и отсутствие осторожности. А кто виноват? - горячится папа. - Вот такие, как вы, сердобольные мамы, бабушки, тети, няни, не дающие ребенку ни шагу ступить самому! Ну как этого не понять?!

Но бабушку это обижает, а не убеждает, и снова мы расходимся, недовольные друг другом.

А вскоре после "урока с костром" папе встретилось в одной из книг изречение Ганди, индийского философа и гуманиста: "Мудрые родители позволяют детям совершать ошибки. Детям полезно время от времени обжигать пальцы".

Папа едва дождался, пока приехал домой из Москвы, - и прямо к маме:

- Смотри, смотри, что я нашел!

Мама прочла и засмеялась:

- Ты хочешь сказать, что мы относимся к мудрым родителям?

- Конечно, немножко хочется, - признался папа, чем рассмешил маму окончательно.

- Подожди, - вдруг перестала смеяться мама, - а ты знаешь, ведь это очень серьезно. Это просто замечательно сказано! Помнишь наш спор в детской консультации? Вот какой плакат надо было бы там повесить!

Сообразил!

У Алеши трудная задача: хочется ему вытащить из Антошкиной кроватки подушку, а она толстая - между планками не пролезает. Что тут делать? Алеша пробует и так и сяк...

- Ника-а-ак! - огорчается Алеша и с силой тянет подушку за углы к себе. Ручонки срываются - и Алеша плюх на пол!

- А-а-а! - громко плачет он от обиды.

Бабушка Дина спешит ему на помощь, но папа останавливает ее на полпути.

- Пусть сам сообразит!

И Алеша, видя, что "скорая помощь", к которой он часто прибегает, остановлена, перестает хныкать и быстро находит выход. Он подставляет к Антошиной кроватке табуретку, мигом влезает на нее и через верх вытаскивает злополучную подушку.

- Саабазий! - удовлетворенно повторяет он папино любимое слово и мчится с подушкой к бабушке в комнату.

- Ну вот! Видите! - не может удержаться папа от улыбки по адресу бабушки.

Ей на этот раз нечего возразить. Она молча улыбается и идет за Алешей.

А на другой день послала мама Алешу отнести кастрюльку с остатками каши на кухню. Алеша остановился перед закрытой дверью и не знает, как быть.

- Никак! - произносит он с сердцем. Мешает кастрюля в руках. Бабушка Дина слышит Алешино досадливое "никак" и спешит ему на помощь. Но папа уже начеку и опять отрезает ей путь.

- Это задача, каких в жизни бывает много. Пусть попробует решить ее сам.

- Но ведь он еще не знает, как ее решать. Ему в первый раз надо показать, рассказать, научить надо. А ты требуешь от него невозможного, - энергично протестует бабушка Дина.

- А кто первый раз объяснял, как надо спутник запускать? Или космические корабли? - не сдается папа. - Додумываются же люди до всего? И никто им даже первый раз не объясняет!

Алеша не ждет конца этого спора, ставит на пол кастрюльку и, ухватившись за ручку двери, открывает ее. Это, конечно, не открытие Америки, но это одно из решений задачи.

- Вот вам и невозможное! - радуется папа новой Алешиной победе. А бабушке приходится молчать. Она только что доказывала, что в первый раз это невозможно.

На самом деле Алеша, конечно, не думает о том, первый или пятый раз он решает эту "задачу". И знаменитое "я сам!" к нему еще не приходило. Он подходят ко всему гораздо проще. Бабушки делают за него, и когда он их просит, и когда они сами считают нужным помочь ему, и Алеша пользуется этим вовсю.

Папа с мамой так не делают. Ну, что ж! Приходится соображать самому. И он быстро "перестраивается" в зависимости от обстановки. Через час-два он уже входит в курс дела и ведет себя, как надо взрослым.

Вот идет папа за водой к колонке. В одной руке у него два ведра и китайское коромысло (короткое, с веревочками), а в другой Антоша. Алеша в саду с бабушкой. Он бегает по дорожке и поливает из своей маленькой лейки камешки, щепочки и даже

иногда грядки. Но бабушками командует бойко:

- Налей исё вадиць ки! - и одна бабушка наливает ему из ведра воды.

- Дай паиць ку Аёсе! - и другая бабушка подает ему палочку.

Папе такая готовность бабушек угодить Алеше очень не по душе, и он приглашает его с собой:

- Идем водички принесем!

Алеша, не долго думая, мчится с лейкой к закрытой калитке на улицу.

- Папа, акой пазянстя! - просит он, останавливаясь перед калиткой.

- Ты сам, Алеша, открывай, - предлагает ему папа.

- Нии-как! - пробует разжалобить папу Алеша.

Но это не дает результата. Тогда Алеша ставит в сторону лейку и двумя ручонками открывает калитку. Папа проходит с Антошей, Алеша бежит следом, но... без лейки.

- Куда же тебе воду наливать? Где лейка? - спрашивает папа, открывая кран.

- Патияй, - удрученно произносит Алеша и бежит к калитке. Папа наблюдает за ним.

Алеша с ходу, толчком, открывает калитку, пробегает мимо лейки и прямо к "скорой помощи":

- Бабуська, леицьку!

- А ты куда ее девал? - бросает свою грядку бабушка и спешит навстречу.

- Патияй! - огорченно разводит ручонками Алеша.

- Ну, пойдем поищем! - и, взяв Алешу за руку, бабушка ведет его к калитке, около которой стоит "потерянная" лейка.

- А это что? - показывает бабушка на лейку.

- Леицька! - обрадованно хватает ее Алеша и тут же, берясь одной рукой за калитку, просит бабушку:

- Акой, пазянстя! - и та с готовностью открывает ему калитку.

Улыбающийся Алеша мчится к папе.

"Вот как тут быть? - думает папа. - Алеша только что сам открывал калитку, а тут попросил бабушку. Мог бы сам найти лейку, а это сделала бабушка. А если так всегда и всюду? Если никакие обстоятельства не заставят его самого "решать задачи"? Если всегда рядом будет для этого "бабушка"?

Про штанишки

К полутора годам мама сшила Алеше несколько трусиков, коротеньких, на резинке, а спереди на каждые трусики пристрочила красный треугольничек.

- Ну-ка, давай найдем, где тут красный треугольничек! - предложила утром мама Алеше, но положила (хитрая какая!) трусики так, что ничего красного не было видно. Алеша стал искать красный треугольничек. Поднял трусики, но под ними на кроватке тоже ничего не оказалось.

- Куда же он девался? - удивленно сочувствовала мама Алеше. И Алеша полез в трусики. Не залез ли треугольничек внутрь? И там ничего не было. У Алеши даже складочка на лбу от сосредоточенности. И вдруг круглая Алешина рожица расплылась в улыбке.

- Насёй! - протянул он маме трусики, крепко ухватив их за красный треугольничек.

- Не спрячется он теперь от нас, - тоже улыбается мама. - Мы его вот так положим, - укладывает трусики отметинкой наверх. Ножки уже Алеша умеет протягивать, чтобы помочь маме надеть штанишки, но теперь мама не подтягивает их наверх, а говорит Алеше:

- Давай-ка штанишки подтянем! Берись за резинку! Раз-два! И готово! - Алеша серьезно тянет на животик резинку.

- Где у нас красный треугольничек? - спрашивает мама.

- Пуицьки (на пуговичке), - это бабушка называет Алешин пупочек "пуговичкой". Но теперь это "обозначение" пригодилось. Алеша запомнил, что красный треугольничек на "пуговичке", и на другой день долго сидел утром на кровати и крутил свои трусики так и сяк. Но надел трусики самостоятельно. Правда, потом он частенько еще предпочитал бегать голеньким, чем надевать трусики, а если ему досаждали: "Надень!" - он просил это сделать кого-нибудь из старших. Все-таки вначале трудновато было справиться со штанишками. То две ноги попадут в одно отверстие, то не найдет Алеша, куда совать вторую ногу. Но через месяц-полтора уже не только снять трусы, но и надеть их стало для Алеши сущим пустяком.

И поесть спокойно не дадут!

Воскресное утро проходит в обычных будничных хлопотах: папа с Алешей убрали свои кровати, принесли воды, сделали еще кое-какие дела "по хозяйству". По дороге остановились у турников

и минуту-две позанимались на них. После такой зарядки позавтракать неплохо. И Алеша уже в кухне около мамы.

- Сейчас картошка дожарится, и будем завтракать, - говорит мама. - Ты пока разверни плавленый сырок!

Алеша влезает на стул и сосредоточенно принимается за работу. Вот обертка снята, сыр лежит на тарелке, ароматный, вкусный. Не удержавшись от соблазна, Алеша тянет сыр в рот.

- Подожди, Алешенька, сырок будем есть вместе с папой. А сначала картошку поедим, - останавливает его мама.

Алеша, помедлив секунду, нехотя кладет сырок на тарелку, немного огорченный слезает на пол и бежит к папе.

- Папа, идем! - зовет он папу и тянет за руку в кухню. Но картошка еще не готова, и папа с Алешей успевают принести масло, нарезать хлеб и еще помочь маме кое в чем.

Бабушка Дина тут же готовит завтрак для своих "больших детей": дяди Володи и тети Тани - и наблюдает за Алешей. А Алеша снова на скамейке у плавленого сырка, не сводит с него глаз.

- Мама, маа-инький кусёцек? - и Алеша складывает щепоткой два пальчика. Слово "маа-инький" он произносит таким трогательный тоненьким голоском, что бабушка не выдерживает:

- Лена! - обращается она к маме. - Картошка когда еще изжарится, а ребенок будет ждать, нервничать. Покормите его - он успокоится.

- За пять минут от голода еще никто не умирал. Даже медицина не знает таких случаев, - говорит мама, - пять минут потерпеть тоже надо уметь...

Наконец картошка готова, мама ставит сковородку на стол и часть откладывает Алеше на тарелку. Теперь не до спора, Алеша, надувая щеки, студит свою картошку и, поддев вилкой кусок, осторожно подносит к губам. Картошка на сковороде заметно тает. Аппетит у всех завидный. Покончив со своей порцией, Алеша "берет на буксир" папу с мамой, и сковородка быстро очищается.

Чай еще горяч, и, пока он остывает, мама намазывает масло на хлеб, а Алеша приподнимается и пытается через весь стол дотянуться до печенья. Животиком он опрокинул свою чашку: лужа на столе, лужа на полу - беда! Алеша наш в слезы.

- Что ж вы смотрели? Ребенок чашку близко к краю поставил, надо было отодвинуть! - замечает сердито бабушка.

- Нет, он должен смотреть сам, - отвечает папа и этим совсем выводит бабушку из себя.

Но это только начало сраженья, легкая перестрелка. Главная баталия начинается после того, как папа говорит, что Алеша

больше чаю не получит. Тут не выдерживает даже Алеша, очень мужественно ходивший за тряпкой и вытиравший лужу. Утихнув было, он вновь громко плачет, и это дает бабушке право идти в атаку.

- Но он же хочет пить, тем более после картошки! Дайте ему чаю!

- Свой чай он разлил. Пусть теперь пьет воду, - не отступает папа.

Алеша, видя бабушкину поддержку, заливается пуще прежнего.

- Черт знает что такое! - хлопает дверью дядя Володя.

Сражение в полном разгаре. Нам припоминается все, делаются самые ужасные предположения и предсказания.

И чай у нас уже остыл, и Алеша перестал плакать, заедая свое горе печеньем без чая, а бабушки все продолжают возмущаться. И чудесное, солнечное воскресное утро потускнело, померкло. Настроение у всех испорчено...

- А может быть, и не надо всего этого? - иногда сомневается мама. - Может быть, это действительно пустая трепка нервов для всех, и в первую очередь для Алеши?

Но когда за обедом и на следующий день мы видим, как Алеша предусмотрительно отодвигает от края стола стакан, как осторожно переставляет чашку с молоком, всякие сомнения пропадают: надо делать так, как мы делаем.

Теперь, когда кто-нибудь удивляется свободе и непринужденности поведения Алеши за столом, папа говорит:

- О! Он у нас теперь человек опытный, знает, что стакан легко опрокинуть, а кашей можно обжечься. Теперь все трудности уже позади, и мы "пожинаем плоды".

Действительно, опыт Алеша начал приобретать давно. "Самостоятельно" есть он начал с восьми месяцев, когда мама впервые дала ему в руки бутылочку с кефиром. А к одиннадцати месяцам он уже делал первые попытки есть кашу ложкой. Но каждый раз папа или мама "мешали" (бабушкам было чем возмущаться): то ложку не так взял, то кашей капнул на клеенку.

- Давай сюда ложку! Не умеешь еще! - говорили мы, и ложку приходилось отдавать. Обидно все-таки!

Но когда Алеше исполнился год, папа сам привез ему три легкие чайные ложки.

- Возьми, как папа! - и Алеша берет почти верно. Папа чуть-чуть только его поправляет.

Месяца через три Алеша не только ложкой, но и вилочкой справляется с картошкой и макаронами. Его уже можно сажать одного за маленький столик, и каша из блюдца попадает в рот, а

не на пол и не на столик.

И теперь на Алешу за столом действительно приятно посмотреть - так ловко он орудует и вилкой и ложкой. Ест он быстро, по-деловому, даже чуть серьезно, пока не наестся. А потом говорит:

- Пасиба, наейся, - и вылезает из-за стола.

А его аккуратностью за столом мы можем даже гордиться.

Как-то мама усадила за стол вместе с Алешей и его 6-7-летних приятелей. Ели кашу. Справились с кашей почти все одновременно. Ребятишки, поблагодарив маму, убежали домой, а мама и Алеша стали убирать со стола. Алеша при этом заглянул под стол.

- Мама, кьёски!

Оказывается, убирать-то надо было не столько на столе, сколько под столом: там была каша, но была она под всеми стульями, кроме Алешиного.

А однажды Алеша сделал замечание даже маме. На завтрак мама сварила макароны. Алеша ест вилкой и только в трудных случаях помогает ручонками. Макароны попадаются длинные. Он очень сосредоточен. А мама "невнимательна" и уронила на стол макаронину.

- Мама, наканяйся! - серьезно советует Алеша маме и придвигает тарелку поближе к ней. Мама смущенно улыбается и старательно наклоняется над тарелкой, поднося вилку ко рту.

- Наклоняюсь, Алешенька, наклоняюсь! - говорит она Алеше, а сама смотрит на папу. Тот с трудом прячет улыбку, а потом говорит:

- Вот наш Алеша и советы дельные дает!

Заботливый наш сынишка

Как-то за завтраком мама раньше всех выпила свой чай и поставила чашку на стол. Алеша заглянул в нее, а там пусто. Молча взял он мамину чашку, отлил половину чая из своей и поставил перед мамой.

- Мамицька, пей тяй!

- Спасибо, мой хороший! - тронута мама. - Спасибо!

Ну вот, радуемся мы, вот уже сынишка заботится о нас, и стараемся сохранить и развить эти драгоценные ростки внимания к другим людям. Мама кончает работу поздно - в девять часов. Поэтому все трое "мужчин" всегда выходят ее встречать. Антоник

у папы на руках, а Алеша идет, держась за папин мизинец. Но стоит ему увидеть вдалеке мамино платье, как он тут же бросает палец и мчится ей навстречу.

- Ма-ма-а! Мамуля-а! - кричит он так громко и призывно, что мама уже не идет, а почти бежит ему навстречу.

Если за ужином на столе оказывается конфета или шоколадка, то Алеша вооружается ножом и делит ее на три равные части. И первый кусочек вкусного он дает маме, второй - папе и только последний отправляет себе в рот. Так уж повелось с того времени, как Алеша стал что-то понимать. Однажды бабушка пекла блины и, конечно, захотела угостить внучка:

- На, Алеша, блинчик! Вку-усный!

- Неть, месте, - пряча ручонки за спину, решительно отвечает Алеша бабушке. Весь его вид и чуть нахмуренные бровки говорят о непреклонности

его намерения.

- С кем вместе? - не сразу понимая Алешу, переспрашивает бабушка.

- Папам, мамам! - все так же серьезно поясняет Алеша.

- А-а-а! С папой и с мамой будешь есть блинчик? Ну, хорошо! - улыбается бабушка и дает ему блинчик на блюдечке. И Алеша торжественно приносит его нам. Разве не покажется папе с мамой этот блинчик самой вкусной едой на свете!

- Молодец, Алешенька,. - хвалит внука и бабушка, но... сколько раз приходится нам сталкиваться с этим "но"!

Вот приезжает из Москвы бабушка Саша. Алеша тут как тут.

- А что я тебе привезла! Ну-ка, ну-ка, подойди ко мне, посмотри-ка сюда, - говорит бабушка, еще не успев раздеться, - на-ка тебе, Алешенька, конфетку! Скушай, дорогой! - и Алеша понимает точно - раз говорят "тебе", то значит "мне", и надо кушать. Да и станет ли бабушка угощать конфеткой папу?

Приходит соседка и обязательно захватит с собой для Алешеньки то пирожок, то пряник, то яблочко.

- Ну-ка, где там мой Алешенька-то? А ну-ка скорей, скорей беги ко мне. Ты пряники-то любишь, я знаю, - нараспев говорит она и сует в руки Алеше гостинец. - Ешь, ешь, поправляйся!

Алеша пытается и ее угостить, но она добродушно смеется и отказывается:

- Спасибо, спасибо, Алешенька. Бабка-то уж наелась пряников, ешь сам, - делает она ударение на последнем слове.

И Алешенька ест сам.

Однажды, только что полакомившись у бабушки конфет кой, Алеша пришел, облизываясь, к маме:

- Ты что кушал, Алешенька? - спросила мама. Кафетку, - с

готовностью сообщил Алеша.

- А папу и маму ты угостил?

В глазах у Алеши недоумение и испуг. Как же это он съел конфетку и не вспомнил о папе с мамой? Алеша часто-часто заморгал и вдруг заревел вовсю.

- Ма-маа! Вии-таси! - сквозь слезы запросил он маму и широко раскрыл ротик.

- Нет, Алеша, теперь конфетку не вытащишь. Она в животике. - И Алеша заплакал пуще прежнего: беда оказалась непоправимой.

Дальше - больше. Вот уж Алеша, не вспоминая ни о ком, спокойно отправляет конфету в рот.

- Алешенька, а угостить кого надо? - спрашивает мама.

- Неть, - слышим мы в ответ. - Аёся кусяеть сам.

И мы начинаем все почти сначала. "Крупные разговоры" с бабушками на этот раз дают результаты: бабушка Дина соглашается с нами и, угощая чем-нибудь Алешу, теперь говорит:

- Иди, иди, Алешенька, угости папу и маму.

А бабушка Саша ворчит:

- И чего выдумали! Конфету с малышом делить. Блажь - больше ничего!

Но после этого Алеша снова становится нашим заботливым сынишкой. Вот угостили его конфеткой, Алеша приносит ее маме:

- Мама, на! Папа.... - а папы нет дома, и Алешик решительно говорит: - Астявим папе кафетку!

Папа приезжает домой только вечером. Алеша к этому времени успеет выспаться, наиграться, набегаться. Но стоит папе показаться, Алешик бежит навстречу.

- Папе Аеся астявий кафетку! - ликующе сообщает он.

Помощник не в шутку, а всерьез

Никто нам не верит, что начиная с года малыши уже могут быть помощниками. Но в нашем дневнике записи "Алеша - помощник" начинаются с 5 мая 1960 года, когда сыну исполнилось одиннадцать месяцев.

У мамы дома очень много разных дел, Алеша это уже знает и не просится к маме на руки. Но почти всегда, занятый своим делом, он рядом с нею. Сегодня мама стирает, а Алеша тут как тут: тычет пальчиком в мокрое белье, долго пытается поднять с пола мыльную пену, разглядывает и даже тянет в рот кусок

мыла...

- Вот мама и стирать кончила! Что мы с тобой будем делать? - И мама смотрит в ожидающие Алешины глазенки. - Будем заниматься очень интересным делом - чистить картошку. Где у нас картошка? А?

- Ы-ы! - говорит Алеша, подходя к ящику и доставая из него большую картофелину.

- Вот спасибо, Алешенька! Давай-ка ее маме, мама ее сейчас очистит - и в водичку бух! А ты уже еще достал? Мама и почистить не успела! И еще? Ну, совсем маму загнал!

И Алеша, сияющий, носится от ящика к столу и подает маме все новые и новые картофелины...

- Папа! Папа! - рассказывает мама вернувшемуся с работы папе. - Ты знаешь, что сегодня было?! Сегодня Алешик мне помогал. Правда-правда помогал - совсем по-настоящему!

Этот вечер казался нам немножечко праздничным. Как же: у нас появился помощник!

С тех пор мы стали давать Алеше настоящие поручения. Мама стирает, а Алеша подает ей мелкие вещи, мыло, наливает воду в тазик для полоскания. Папа копает - Алеша собирает камешки и носит их в кучу. Его можно послать за молотком или скамеечкой. А через месяц в дневнике появилась такая запись: "Первая производственная травма".

На этот раз даже никто и не просил Алешу, а он сам пришел к папе и стал помогать складывать стенку из кирпичей. Кирпичи были битые: половинки и четвертушки - лежали в двух шагах от стенки. Принесет папа стопочку кирпичей и складывает, а потом идет за второй. Алеша тоже сел на корточки и попробовал поднять целый кирпич, но тот не поддавался. Он даже хныкал иногда от неудачи, кряхтел, но не отступал. То над одним кирпичом попыхтит, то над другим, то одной, то двумя ручонками берется. Наконец одна четвертушка в руках, и Алеша молча протягивает ее папе.

- Молодец, Алешенька! Помощник ты мой! - радуется папа.

И Алеша поднимает и подает половинку за половинкой - и все это с серьезным, сосредоточенным видом. Ему теперь удается это делать значительно легче, чем в первый раз, а папа еще ласковее благодарит:

- Спасибо, труженик ты мой! - а сам удивляется: на сколько же может у малыша хватить терпения на такую однообразную работу? А Алеша подает и подает половинки, счет уже перевалил за двадцать, и трудно сказать, сколько бы это продолжалось, если бы не несчастье. Алеша решил взять кирпич побольше и... не удержал. Кирпич упал, придавив малышу пальчик. Горько

заплакав, Алеша "ушел с работы" к маме на перевязку.

Бабушки дружно ахнули, увидев покрасневший припухший палец.

- Опять крайности, опять какие-то эксперименты, - отчитывает бабушка Дина маму, пока та делает холодный компресс Алешиному пальцу, - ведь там пыль, грязь, цемент! Ну, подумай сама: место ли там ребенку? И этой травмы можно было вполне избежать.

- Ничего, в следующий раз будет осторожней, - не соглашается мама. - Зато он так хорошо помогал папе. Правда, Алешенька? - И Алеша радостно улыбается: хорошо помогал!

Кроме массы мелких поручений, главным образом случайных, у Алеши к двум годам появляется уже много и постоянных обязанностей. Мама накрывает на стол, а Алеша тут как тут: лезет в шкаф за посудой. Сначала он носил только солонку, ложки, свою эмалированную кружку. Потом мама стала доверять ему масленку, сахарницу, чашки, тарелку с хлебом. И все это он доставляет к столу вполне благополучно, а там осторожно, иногда встав на цыпочки, ставит на край стола.

По утрам Алеша помогает убирать постели, складывает папину раскладушку (без всякой помощи!), относит маме подушки. Себя он в основном обслуживает сам: надевает и снимает штанишки, сандалии, носочки, вытирает за собой лужи любого происхождения и убирает игрушки: складывает в коробки кубики, собирает детали "Конструктора-механика".

Правда, иногда он может сказать: "Не буду!" - а потом пройдет полминуты, и он делает то, что надо. Бывает, приходится и напоминать о его обязанностях. Мы стараемся избегать этого, стремясь к тому, чтобы Алеша вспомнил их сам. И здесь опять начинается бесконечный спор с бабушками

- Ишь чего захотели! Чтобы двухлетний малыш помнил, что ему надо сделать! Вы требуете от Алешки невозможного!

- А почему он не должен помнить своих обязанностей? Почему сам не должен помогать нам? В жизни всякое есть. Одно - хочу делаю, а хочу нет, а другое - хочу или не хочу, а делать все равно надо. Почему Алеша не должен знать об этом? Да и помощь эта ему не в тягость, а в радость.

Но бабушкам кажется, что Алеша чуть ли не весь день только и делает, что выполняет свои "обязанности". А малыш об этом не думает. С утра до вечера он в бурной деятельности и уже многое делает без напоминаний и без требований папы и мамы.

Вот садимся мы обедать, а мама как будто между прочим спрашивает:

- А кто мне скамеечку принесет? (У нее на руках Антоша).

И Алеша, ни слова не говоря, мигом слезает со своего высокого стула, бежит в кухню и приносит маме скамеечку. Как тут не радоваться папе с мамой?

Упустил на пол игрушку Антоша, а Алеша подскочил тут же, поднял ее и дает в руки братишке. А его об этом никто не просил.

Приехал папа с работы, садится на диван переодеваться, а Алеша уже несет ему тапочки.

Ходить с папой за водой для Алеши большое удовольствие. Однажды Алеша не мог найти свое маленькое ведро и папа ушел один.

- Не мог уж подождать ребенка, довел до слез, - бросила ему вслед бабушка Саша. Она-то в таких случаях всегда ждет Алешу сколько угодно.

Алеша, конечно, поплакал, но отыскал свое ведерко и ждал с ним папу дома.

- Идём, вадёй... месте, - первое, что он сказал папе, возвратившемуся с полными ведрами.

- Нет, Алешенька, за водой теперь пойдем только завтра. - И чтобы скрасить огорчение, папа предложил найти место, где всегда будет стоять Алешино ведро. Теперь Алеша бежит за ведром к этому месту, а если его там нет, то отыскивает быстро, так как помнит, где оставил его. Стоит папе сказать: "Идем за водой!" - Алеша сразу наготове и с ведерком. Папа ведь не станет ждать, как бабушка, и уйдет один. Приходится Алеше быть начеку. Зато потом с какой гордостью отвечает Алеша на мамин вопрос:

- Кто ж это воды в умывальник налил?

- Аеся, - и расплывается в улыбке.

А вот запись в дневнике:

"Сегодня папа принес, как обычно, сразу четыре ведра воды. Два он уже поставил на скамейку в кухне, а за второй парой пошел в коридор. Несет вторую пару, а Алеша бежит впереди. Влетел в кухню и прямо к скамейке. Схватил со скамейки кастрюлю и поставил ее на пол, а сам ладошкой хлопает по пустому месту: ставь, мол, папа, сюда ведро!

А две бабушки и мама, бывшие в это время на кухне, не догадались освободить место для ведра.

- Какой догадливый мой Алешенька! Помощник мой! - Папа очень доволен".

А через несколько дней еще запись:

"Вынесла мама маленького Антошу на холодную террасу спать, а сама ушла в кухню готовить обед. Вдруг прибегает к ней Алеша и говорит немного встревоженно:

- Тоник... пацить... тиаси! - и бегом в комнату. Мама скорее за

Алешей, а тот уже у двери на террасу, поднимается на цыпочки, чтобы посмотреть через стекло. А на террасе Антоша проснулся и плачет на морозе горько-горько! Хорошо, что Алеша услышал и сказал маме.

- Умница ты моя, - не удержалась мама и, прежде чем схватить Антоника, расцеловала Алешу в обе щеки. Алеша, довольный, улыбается и приподнимается на носочек одной ножки от удовольствия"..

А однажды Алешина внимательность спасла нас от крупных неприятностей.

Как-то сидит папа и печатает на машинке. Мама еще на работе, Алеша занят своими делами, а Антоник гулькает в кроватке. Вдруг: топ, топ, топ...

Алеша бежит к папе и, немного испуганный, пытается влезть к нему на колени.

- Папа... дим... маськую... идём!

Папа берет Алешу на руки и, еще ничего не понимая, идет в мастерскую. Там что-то странное. В воздухе не то пар, не то дым и пахнет горелой резиной.

- Где, Алеша, дым?

Мальчик показывает пальцем под верстак. Папа опять ничего не понимает, идет в кухню к бабушке Саше. Но у нее ничего не горит, в печку она ничего не бросала. А Алеша соскочил с рук и опять в мастерскую. Папа за ним. И вдруг как забулькает под верстаком, куда показывал Алеша, как повалит оттуда пар! Все стало ясно. Мы перегрели водогрейный котел, и вода закипела. Явление неприятное, особенно если его не сразу заметить.

Папа бегом в кухню, закрыл поддувало в топке и с ведром холодной воды на чердак. А там из бачка пар бьет струей, шумит кипящая вода в трубе, брызжет кипятком. Еле справился папа с разбушевавшимся котлом. К счастью, Алеша заметил вовремя, и все обошлось благополучно.

Кто после этого станет сомневаться, что Алеша у нас помощник не в шутку, а всерьез?!

В бабушкином "раю"

Приезжает к нам иногда на целое воскресенье и третья бабушка - бабушка Оля со своей взрослой дочкой Лелей. Обе души не чают в Алеше, привозят ему из Москвы игрушки, лакомства. Бабушка Саша частенько бывает у них в гостях и,

конечно, рассказывает о "несчастной" жизни нашего Алеши.

Они входят к нам в дом и первым делом спрашивают:

- А где Алеша?

У них в глазах такая неподдельная тревога за него, так жадно они его обнимают, целуют, нянчат, что у нас не хватает мужества остановить их. Мы только понимающе переглядываемся и не можем раскрыть рта. Скрепя сердце мы смотрим, как на Алешу обрушивается целый поток любви и нежности, игрушек, лакомств, как этот поток буквально валит Алешу с ног. А если в первые минуты Алеша еще пробует сопротивляться - сползает с рук, куда-то бежит, что-то рассказывает или показывает гостям, пытается что-то делать сам, то к концу дня Алешу трудно узнать. И ничего особенного бабушка и тетя как будто не делают. У них только одно стремление - сделать Алеше как можно больше приятного. Они и стараются.

- Хочешь идти гулять? - спрашивают у малыша. Если Алеша отвечает утвердительно, его одевают, обувают и ведут или несут во двор.

- На улицу пойдем? Взять тебя на ручки? Хочешь конфетку? Сорвать тебе цветочек? - и так все время. Алеша только "решает", а бабушки и тети исполняют. Он быстро входят в роль повелителя, потому что все его желания немедленно выполняются, перечить ему никто и подумать не смеет, а развлекать берутся все три бабушки и тетя Леля в придачу.

Для Алеши наступает, наконец, "счастливое детство". Вечером, когда все садятся за стол, Алеша в центре внимания. Да и как может быть иначе, если вокруг восемь любящих взрослых? Алеше первому несут высокий стул, его первого усаживают. Все бабушки наперебой угощают его.

- Рыбки хочешь?

- Консервов дать тебе?

- Еще сырку дать?

Но Алеша уже приметил коробку с тортом и поэтому есть ничего не стал. Пожевав немножко сыру, он командует:

- Тойтика дать Аичке! - и Леля тут же режет ему кусок на дольки, а бабушка Саша спешит в кухню и несет первую и единственную пока на столе чашку чая. Алеша уплетает торт, запивая чаем, но даже в таком блаженном состоянии замечает, как проливает чай на стол. Он готов захныкать и уже приподнимается, чтобы идти за тряпкой, но бабушка Саша мгновенно вытирает около него лужу, а остальные бабушки усердно утешают его, даже не дав ему всхлипнуть.

Разве можно сравнить эти счастливые минуты с "тяжелой жизнью" у отца с матерью, где Алеше пришлось бы вылезать из-за

стола, идти в кухню за тряпкой, вытирать лужу и относить тряпку на место?

Алеша снова весел, а мы с грустью наблюдаем, как неудержимые потоки бабушкиной любви безжалостно смывают наши и Алешины достижения. А ведь они стоили немалого времени и больших усилий. Воистину правы мудрые китайцы, говоря: "Чтобы стать трудолюбивым, надо три года, а чтобы облениться, достаточно и трех дней".

Насытившись тортом, Алеша начинает шалить. Он кривит губы и коверкает слова. Это всех смешит, только нам видеть это грустно.

- Бабка, бадяпка! - кричит бабушке Саше Алеша, и кричит нехорошо, как будто ругается. Но бабушку это приводит в восторг. Она смеется, говорит:

- Ах ты, разбойник этакий! - и, сделав двумя пальцами "козу", "бодает" Алешу. Он, конечно, радуется произведенному эффекту и кричит еще громче и еще неприятнее.

Это почему-то всех веселит пуще прежнего, а мы с горечью думаем о том, что сделали непростительную глупость, бросив на целый день сынишку в это море неразумной любви. Что-то будет завтра?

Приходится расхлебывать

Наступает утро, Алеша открывает глаза и сладко потягивается. Папа, как всегда, дает ему штанишки и говорит:

- Одевайся! Будем убирать кровати.

Но Алеша ведет себя необычно. Он лениво и медленно всовывает одну ножонку в штанишки, а второй никак не может попасть куда надо. Да у него и настроения нет попадать. Он дрыгает ногой, почти не глядя на штанишки, и хнычет:

- Никак! Папа, адень таниски!

- Алеша! Штанишки ты ведь надеваешь быстро и хорошо. Сам одевайся! - спокойно говорит папа.

- Не буду-уу! - уже сквозь слезы тянет Алеша и поднимает рев. Разве не обидно: вчера целый день выполнялось любое его требование и любая просьба, одевались и снимались не только штанишки, но и носки, ботинки, рубашки! А теперь пожалуйте - надо одеваться самому! И непонятно и обидно. Он так привык командовать, так вошел в новую роль, что теперь, естественно, будет отстаивать такое удобное для него право "повелителя".

А нам теперь придется отвоевывать у Алеши "равноправие". Из-за штанов - первый и потому самый важный "бой". Нам его надо обязательно выиграть. Дальше будет легче: Алеша станет после первого "поражения" "сдавать позиции". Папа один убирает кровати, сам складывает раскладушку и уносит ее в мастерскую. Увидев это, Алешик совсем заходится в плаче и кричит все требовательнее и капризнее.

У папы с мамой горько на душе, но они и виду не подают. Тогда Алеша выходит в коридор, шлепается на пол и, держа в одной руке трусики, заливается пуще прежнего. Он, по-видимому, рассчитывает на поддержку бабушек. К счастью, дома только бабушка Дина, да и та в кухне. А в кухне мама готовит завтрак и не позволит ей броситься на выручку.

Алеша, не получив в коридоре поддержки, готов "капитулировать". Захватив штаны, он медленно бредет в кухню. И вдруг видит здесь... бабушку! Он к ней, как утопающий к соломинке.

- Ну, ну, в чем дело? Что такое? - говорит бабушка и помогает ему (это Алеше-то, который на любой стул или скамейку взбирается с необычайной быстротой и легкостью!) влезть на стул у окна. - Ну, ну, ты перестань плакать, тогда я с тобой буду разговаривать... - И, не дожидаясь, пока он остановится, продолжает: - А ну-ка, где тут курочки? Как они? Ко-ко-ко! А где коровка? Мму-у-у? А что там дядя делает? Во-он там!

Беседа у окна продолжается довольно долго. Бабушка проводит психологическую "обработку" внука, а брошенные Алешей штаны сиротливо лежат на полу. Мы нервничаем: "сражение" было почти выиграно, а теперь опять надо начинать все сначала.

Наконец, бабушка решила, что уже отвлекла Алешу от источника раздражения и теперь он наденет штанишки. Но не тут-то было. Стоило ей только произнести слово "штанишки", как Алеша снова заревел с новой силой, сполз со стула и опять шлеп на пол! "Сражение" вновь разгорелось вовсю.

Видя свою неудачу, бабушка поднимает с пола штанишки и подходит к Алеше с намерением надеть их. Тут уж папа не выдерживает:

- Дайте Алеше самому надеть штанишки! - останавливает он бабушку.

Бабушка отступает и отдает трусы Алеше. Но тот сердито бросает их на пол и ревет еще громче.

Мы садимся завтракать. Кусок нам буквально не лезет в горло. Бабушке тоже, она берет книжку, смотрит в нее и молчит.

Проходит еще несколько томительных минут. Теперь уже

никто не обращает внимания на плачущего Алешу. Он понемногу стихает, потом поднимается с пола и идет к папе. Идет он медленно и чуть подвывая, но штанишки держит в руке.

- Папа, вити носик! - просит он уже мирным тоном. Папа берет платок и ласково вытирает носик и мокрые от слез щеки. Как папе хочется схватить Алешу на руки, обнять, поцеловать милые заплаканные глазенки, но папа этого не делает.

- Влезай сюда! - ласково приглашает он Алешу на его обычное место. Алеша влезает, кряхтя и посапывая носиком.

- Теперь Алеша наденет штанишки и будет с нами завтракать, - спокойно говорит папа, а сам настороженно ждет: вдруг начнется все сначала?

Но Алеша прямо на наших глазах становится самим собой. Он садится на свое место, расправляет штанишки и ловко всовывает одну ногу, потом, чуть сдвинув трусики в сторону, - вторую и, привстав, натягивает их до пояса. Движения его снова быстры, ловки, точны. Куда девалось его "никак"! Он снова все может и все умеет.

Только за чаем снова дают себя знать следы вчерашнего "блаженства":

- Насип сипоцьку цяй! Памисяй езицькой! Падюй! - не просит, а почти командует Алеша. А ведь всегда он сам сыпал песок в чай, сам мешал ложечкой и сам дул на чай. Мы молча переглядываемся.

- А ты возьми ложечку и помешай сам! Мама уже насыпала песку в чай, - как можно спокойнее говорит ему папа. Алеша тянется за ложкой и начинает медленно мешать чай.

У нас, наконец, отлегло от сердца: первый и самый тяжелый "бой" выдержан. Но это не все. Еще дня два или три мы будем расплачиваться за воскресный бабушкин "рай", еще будут слезы у Алеши и трепка нервов папе с мамой, но самое тяжелое уже позади.

Как же быть? ломаем голову. Спрятать Алешу от бабушек невозможно, а результаты их любвеобильного воспитания для всех нас троих очень тяжелы.

Винить бабушек тоже нельзя. Они очень любят внуков. Но любят иначе, чем мы. Получается, что воюют между собой две разные любви, но "сражения" от этого не становятся менее жестокими. Мама даже плачет иногда. А бабушка все поучает ее:

- Времена спартанского воспитания прошли, а у вас Алеше никакой свободы, все время он должен сдерживать свои желания. Кончится все тем, что он вас невзлюбит. - Бабушка Дина говорит все это устало-назидательным тоном, каким обращаются учителя к непокорному ученику.

Мама слушает, а потом говорит папе:

- В этих словах какая-то чудовищно нелепая и обидная несправедливость! А доказать невозможно.

- И не надо доказывать, пожалуй. Время это сделает лучше нас.

Послесловие

С тех пор как была написана книга, прошел целый год.

В жизни таких малышей, как Алеша и Антоник, это срок немалый, и многое за это время изменилось.

В том, что сыновья подросли, нашей заслуги нет, а вот в другом, пожалуй, есть.

В своем развитии они значительно обогнали сверстников. И чем дальше, тем это становится заметнее. Алеша легко и свободно бегает, причем так быстро, что маме трудно за ним угнаться. И пробежать целый километр ему ровно ничего не стоит. Еще в середине апреля, когда он первый раз выскочил во двор в одних трусиках не на минутку-другую, как зимой, а на целых полчаса, ему доставило большое удовольствие обежать двор и не раз или два, а раз десять-двенадцать. Папа даже вынес секундомер и определил, что Алеша пробегает 100 метров за 42 секунды. И все это без напряжения, легко. Мама пробежит за ним вдогонку пятьдесят метров и уже запыхается, а ему хоть бы что!

Алеша хорошо прыгает, и не только на месте, как зайчик, а может перепрыгнуть не разбегаясь через барьерчик в ящик с песком, спрыгивает на пол со стульев, с лесенки, с турника, т. е. с такой высоты, что бабушка ахает и неизменно пророчит: "Ноги он себе обязательно переломает!" Но ее предсказания по-прежнему не сбываются. А Антоник, хотя и говорит только с десяток слов, во всем пытается копировать брата. Подтягивается Алеша на кольцах (теперь у нас в комнате есть и кольца, и лесенка, и два турника) - Антоник тут как тут. Он, конечно, не может еще подтягиваться на руках до подбородка, но повисеть на кольцах, покачаться и поднять ножонки к самим кольцам он в состоянии.

Начнет Алеша прыгать со стула на пол - и Антоник влезает на стул. Но Алеша спрыгивает и старается прыгнуть как можно дальше, а Антоник посмотрит вниз, оценит высоту, подумает: "Страшновато" - и, ложась на живот, сползает, как обычно, вниз. И после этого начинает спрыгивать, а вернее "сшагивать" на пол с маленького чемоданчика, лежащего на полу. Ребятишки хорошо

знают свои силенки и не станут делать непосильного. Наверное, поэтому за целый год не было ни одного серьезного ушиба или ранки, а маленькие царапины в счет не идут. У нас нет боязни, что мальчики залезут куда не следует или упадут и сильно ушибутся.

Но ребятишки хорошо развиты не только физически. В два года восемь месяцев Алеша прочел первое слово, а теперь одолевает целые фразы, надписи на банках, коробках, автомашинах, заголовки в газетах и названия книг. Пишет он только печатными буквами, изображая некоторые еще неправильно, но делает это с большим увлечением. Он знает часовую и минутную стрелки на часах, и когда мама попросит его: "Пойди, Алеша, посмотри, который час!" - он, возвращаясь, сообщает: "Часов десять, а минут две". Это значит, что уже десять минут одиннадцатого. И папа с мамой понимают его.

Считает Алеша до двадцати и считать тоже любит: пересчитывает вагоны поездов, проходящих мимо нашего дома, считает, сколько надо взять конфеток, чтобы угостить всех, и т. п. И всему этому он учится играя. Буквы Алеша запомнил потому, что они были на кубиках, на картинках разрезной азбуки в красивом цветном букваре, а папа с мамой иногда спрашивали:

- А где тут буква "о"?

И, конечно, хвалили Алешу за успехи.

Правда, нас снова пугают: "Раннее развитие опасно!" Но мы недавно получили письмо из Киева от матери Алеши Толпыго. У этого Алеши настолько блестящие математические способности, что его перевели сразу из VII класса в X. И он, оказывается, свободно читал уже в четыре года. "Если малыш сам быстро развивается и к этому его никто не принуждает, пусть идет вперед, не тормозите его", - писала нам мама Алеши. Ее тоже пугали в свое время "опасностями раннего развития".

В общем этот год был годом больших успехов для малышей и годом радости для нас. Малыши не только здоровы, сильны, ловки, самостоятельны для своего возраста, но и быстро развиваются умственно, и нападки на нас, даже со стороны самых яростных "противников" наших взглядов, становятся все слабее. С нами уже во многом соглашается бабушка Дина, а кое в чем начинает поступать так, как мы, и только бабушка Саша по-прежнему осуждает нас. Но мы надеемся, что через год-два не только она, но и многие другие наши "противники" станут нашими единомышленниками.

Часть 2. ТАК МЫ ЖИЛИ

Наша семья

В каждой семье есть свои особенности, обычаи, традиции, свой уклад жизни. И у нас он свой.

Это обнаруживается прямо с порога: в тесноватой прихожей целая стена занята одной обувью. Немудрено: у нас трое взрослых, семеро детей.

Направо большая светлая комната, но что тут творится! Верстаки и инструменты всех размеров; лаки, краски, химические реактивы, моторы, машины, проволока, фанера, уйма разных железок, деревяшек. На стенах свободного места нет, да же с потолка свешиваются какие-то, разумеется, очень нужной вещи. Иногда не выдерживаешь, в сердцах скажешь своим "мастерам": "Дождетесь - половину выкинем на свалку, ведь скоро пройти невозможно будет!" Но, поостынув, рассмеешься: дело житейское - на то, в конце концов, и мастерская.

Кухня, она же столовая, соединена большим проемом с соседней комнатой, В которой много книг, магнитофон, радиола, полки с рукоделием, стол, заваленный рукописями и письмами. Здесь у нас что-то вроде кают-компании. При "камбузе" она находится потому, что здесь чаще всего бывает мама. Здесь решаются сообща все семейные проблемы и засиживаемся допоздна с разговорами, которые никак нельзя отложить на завтра.

А в нашей спортивной комнате надо быть осторожнее: с каната из-под потолка кто-нибудь может спрыгнуть, а на кольцах можно раскачиваться от стены до стены, а на матраце кувыркаться сколько хочешь. Два турника, лесенка, гири, обручи, мешочки с галькой, целый угол деревянных кирпичей и несколько полок с куклами, игрушечными зверятами, конструкторами, играми. А над дверью из каркаса старой раскладушки сделано "гнездышко", куда набиваются не только наши "птенцы", но и соседские. Полстены внизу - коричневый линолеум, а по нему мелом - рожицы, солнышко, цветы и разные каляки-закаляки - все, что подскажут желание и фантазия.

В "кунацкой" - так мы называем гостиную (от кавказского "кунак" - друг" - телевизор, пианино, круглый стол, низкие кресла,

полки с книгами. Ничего необычного, кажется, здесь нет. Но поролоновые подушки с кресел могут перекочевать вместе со стульями в "спортивную" в качестве строительного материала для "дворцов", "космических кораблей" и прочих сооружений. Тут же собраны наши "развивающие игры" - предмет особых папиных забот. Они находятся здесь, потому что наши многочисленные гости очень интересуются ими: срисовывают, копируют, осваивают их методику, а потом увлекаются и просто начинают тут же играть со своими малышами.

Спальни у нас наверху, в трех маленьких комнатках мансарды. Тут же полки для белья, шкаф, столик для швейной машины, где, конечно, всегда лежит что-то недошитое, недочиненное, недоглаженное...

Из "спортивной" дверь в комнату дедушки - единственную комнату, неприкосновенную для ребят. Только самая младшая, шестилетняя Любаша, там частый гость - она дедушкина любимица. А остальные кто где: кто сидит, уткнувшись в книгу, кто делает что-то в мастерской, кто домывает посуду в кухне, кто пытается освоить новое упражнение на кольцах. Бывает, в игре собираются все вместе - тогда дом ходит ходуном от топота, смеха, шума и крика: ничего не поделаешь - бывают и конфликты, которые не всегда удается разрешить мирным путем.

Но если вместе сядем у телевизора, получается маленький зрительный зал с "партером", "амфитеатром" и даже "ложей" - это кто-нибудь из малышей устраивается к папе или маме на колени. В доме тишина. И как хорошо смотрится и переживается вместе!

Предсказания не сбываются

Было время, когда нас пугали: дети ваши "из болезней не будут вылезать", и "руки-ноги они обязательно себе переломают", и "в школе им будет трудно учиться", и "вырастут они недисциплинированными", и "на шею вам скоро сядут" и т. д. и т п., и все из-за того, что слишком уж странными, непривычными казались многим наши методы воспитания, наш образ жизни.

Зачем все эти спортснаряды и таблицы в комнате? Зачем читать в три года? Зачем босиком по снегу? Зачем все эти фокусы? Вы искалечите детям жизнь!

Шли годы, дети подрастали один за другим, а страшные прогнозы не сбывались. Болели они редко, простуды им вовсе были не страшны, а инфекционные болезни они переносили

легко, чаще всего без лечебных процедур и лекарств. Годам к трем они становились крепкими, сильными и ловкими, даже сбитого носа мы у них не видели, а вывихов или переломов ни у кого из них не было ни разу за все 18 прошедших лет.

И в школе им учиться совсем не трудно: за домашними заданиями не засиживаются, а учатся в основном на "четыре" и "пять". Школу кончают раньше срока на год-два-три ("перескакивая" через классы), и никаких хлопот не доставляют нам с поступлением в средние или высшие учебные заведения: ни особых условий, ни протекций, ни репетиторов, как и должно быть.

От работы не бегут: старший уже в 14 лет летом работал почтальоном, а в 16 лет был принят на должность техника в лабораторию и проработал два года, получив перед поступлением в институт четвертый разряд регулировщика радиоэлектронной аппаратуры. И чем старше становятся наши ребята, тем чаще мы слышим похвалы в их адрес: "Хорошие у вас помощники растут". Да, косые взгляды сменяются теперь доброжелательными улыбками, а недоумение и раздражение - интересом, письма, гости, встречи, лекции - и уйма самых разных вопросов и просьб:

- Расскажите, как и чем вы занимаетесь с детьми... Покажите свои игры, учебные пособия, мастерскую, спортивные снаряды... Напишите о том, как вы обращаетесь с новорожденным... Пожалуйста, о закаливании!.. И о своих ошибках не забудьте, чтобы их не повторить нам...

И среди других обязательный вопрос:

- А откуда вы все это взяли? Как не побоялись воспитывать детей так необычно?

Как мы начинали

Иногда считают, что мы все обдумали заранее, наметили, так сказать, план действий, а потом уж стали его осуществлять в жизни. Ну и наделали бы мы беды, если бы так случилось - мало ли ломается ребячьих судеб из-за тщеславных замыслов их родителей и педантичного проведения их в жизнь. Да, многое в нашей жизни сложилось иначе, чем у других, и все это не само собой, а по нашей доброй воле (и тоже, конечно, не без тайных надежд на это самое-самое... - кто из родителей этим не переболел?!), но никаких заранее намеченных планов у нас и быть не могло по той простой причине, что мы оба о дошкольном

детстве представление имели довольно примитивное, а о младенческом возрасте вообще ничего почти не знали.

Мы, конечно, могли обложиться учебниками, популярными брошюрами, учеными трудами и, проштудировав их, отобрать, наметить... и т. д. Но тогда, к счастью, это оказалось нам не под силу: загруженность работой, неблагоустроенное жилье, бытовые заботы отнимали все время. Мы добрались до книг всерьез лишь тогда, когда у нас было уже двое сыновей, четыре или пять исписанных толстых тетрадей с результатами наблюдений за ними и уйма самых житейских, а не теоретических проблем.

Признаемся и еще в одном нашем "грехе": мы сами по себе люди не очень организованные и к планам тяготения не испытываем. И в данном случае это оказалось полезным: нам не понадобилось подгонять жизнь под свои намерения и установки. Так мы уберегли себя от одной крайности в воспитательном деле - излишне жесткого руководства этим сложным и тонким процессом. А другая крайность - равнодушие - нам не грозила: мы оба задолго до знакомства друг с другом увлекались проблемами воспитания. Мы и встретились-то (вот судьба!) на совещании, посвященном "Программе воспитательной работы в школе". Случай усадил нас рядом, но разговорились мы уже не случайно: оба жили учениками, школой и ее многочисленными бедами, оба мечтали о преобразованиях в школьном деле, много думали об этом. Мы начинали свою семейную жизнь единомышленниками - это и послужило основой для всего, что было дальше. Конечно, впрямую школьные проблемы с заботами о новорожденном не связывались. Это лишь потом мы обнаружили между ними самую тесную связь, а тогда и не догадывались об этом, зато твердо знали, что в школу дети уже приходят очень разные по уровню развития и от этого зависит их дальнейшая школьная жизнь. Значит, много надо сделать до школы, но не с пеленок же начинать!

Когда родился наш первенец, мы просто радовались ему и любили каждую свободную минутку быть с ним: играть, разговаривать, смотреть на него и удивляться всему. Он чихнул! Он нахмурился! Он улыбнулся! Кому из родителей не знакомо это ощущение чуда, имя которому Мой Ребенок! Но вскоре к этой родительской радости прибавилось любопытство. Почему он плачет по-разному? Почему он напружинивается, когда берешь его прохладными руками? Почему он сопротивляется надеванию чепчиков? И т. д. и т. п. А сынишка рос, и вопросов этих все прибавлялось. Мы стали записывать свои наблюдения, и одновременно предоставляли малышу все больше свободы действий, дали ему возможность самому определять, например,

сколько ему есть, когда спать, как долго гулять, - словом, во многом доверились природе. И наблюдали, и записывали все, что казалось нам наиболее интересным а потом сопоставляли записанное с тем, что к тому времени удалось уже прочитать, И обнаруживали интереснейшие вещи: малыш, оказывается, мог гораздо больше, чем об этом было написано в популярной литературе. Это поразило нас и вызвало еще больший интерес к сынишке. А когда родился еще сын, мы с самого начала пробовали обращаться с ним так, как научил нас его старший братик: давали ему пальцы, чтобы он мог уцепиться за них своими крошечными пальчиками, и в первую же неделю он мог висеть на них несколько секунд. С первого месяца стали его держать над горшочком, избавили его от всяких платков и чепчиков и разрешили ему лежать голеньким сколько захочет...

Споры, ссоры

Первыми, кто был возмущен таким "варварским" отношением к ребенку, были, конечно, наши бабушки, которые тогда жили вместе с нами и просто видеть спокойно не могли голого младенца. Но мы не уступали их натиску. Малыши были веселы, спокойны, энергичны, не болели, легче переносили диатез, и мы настаивали на своем. А на нас уже косо стали посматривать соседи. Прохожие на улицах, когда мы шли с непривычно легко одетыми малышами, осуждающе бросали нам в спину:

- Сами-то в шубах, а детей заморозить хотите?

Пришлось нам подравниваться под малышей, мы стали одеваться тоже полегче, но реплик от этого не убавилось:

- Смотри-ка, ребенок едва поспевает, бежит за ним, а он хоть бы шаг поубавил.

- Ушки, ушки-то ему прикройте - застудите!

- Что же ты, мать, ему головку-то не прикроешь - напечет ведь.

Мы же твердо придерживались правила: считаться только с самочувствием малыша и в своих действиях исходить прежде всего из него. Вот здесь мы и допустили первую серьезную ошибку: внимательно наблюдая за детьми, мы не всегда обращали внимание на самочувствие окружающих и, конечно, были за это наказаны градом новых замечаний, наставлений, упреков.

А ребятишки тем временем росли. Кто-то из знакомых

подарил полуторагодовалому Алеше кубики с буквами. Ну буквы-то ему еще ни к чему, подумали мы, но кубиков у сына не отобрали. И были немало удивлены, когда обнаружили месяца через три, что Алеша-то наш уже узнает с десяток букв. К двум годам он уже знал чуть ли не весь алфавит, а в два года восемь месяцев прочитал первое слово. Для самого Алеши это было как будто так и надо, а для нас это стало целым открытием: так вот уже когда человек может читать! А как же в остальном? Так начались наши пробы не только с обучением грамоте, но и в физическом развитии малышей, в овладении различными движениями и даже в укреплении их здоровья. Пробы эти были чаще всего чисто интуитивными попытками разобраться, что малыш уже может. Мы ведь не знали, что ему по силам, что уже можно, а чего нельзя, и пробовали осторожно, играя. Никакого давления, никакого обязательного урока, но и не сдерживали, если ему самому хочется. Удалось что-то малышу - мы рады, не получилось - значит, пока отложим.

Мы жили тогда в небольшом щитовом домике, сами его оборудовали, сами топили печи, ходили к колонке за водой и делали массу других хозяйственных дел. А дети были рядом. Вот Алеша видит, что папа забивает гвозди, и требует себе молоток. Мама подметает пол - он тянется к щетке или венику. И вот тут-то мы, кажется, сделали еще один правильный шаг к дальнейшим нашим педагогическим открытиям: впустили детей в мир взрослых хлопот и занятий, постарались дать им большой простор для собственной их деятельности.

Мы не только обзавелись маленькими молотками, пилами, топориком, веничком и многими другими инструментами, но и дали возможность малышам самостоятельно постигать свойства вещей и явлений. Даже опасные вещи (спички, булавки, иголки, ножницы и т. п.) мы не прятали, а знакомили детей с ними. Малыши рано узнали, что утюг горячий, иголка острая, спички могут обжечь, а нож порезать пальчик. Сначала нами руководило лишь желание, чтобы занятый делом малыш не лез на руки, не приставал, не мешал работать, но при этом сам был бы осторожен - ведь следить за детьми, не спуская глаз, нам было совершенно некогда, мы оба работали. И только значительно позже мы поняли, какие большие возможности для развития получают дети при таком самостоятельном исследовании окружающего мира.

Со временем у Алеши и Антона появились целые наборы столярных и слесарных инструментов, конструкторы металлические и деревянные, пластилин и бумага, проволока и гвозди. Так же естественно вошли в мир малышей буквы на кубиках и буквы на картонках, азбука на стене и касса букв,

карандаши и бумага. Алеша с Антоном не только строили поезда и башни из кубиков, но и свободно плавали в этом "азбучно-цифровом" море, писали буквы и не подозревали, что это "абстракции". И мы не делали разницы между вещами, числами и буквами и просили: принеси ТРИ ложки, найди ДВЕ буквы М, разрежь яблоко на ЧЕТЫРЕ части...

Азбука и счет, опущенные с высот "возрастной недоступности" и вошедшие в ребячью жизнь наравне с игрушками и инструментами, оказалось, усваиваются столь же легко и просто, без всяких уроков, как слова "ложка", "хлеб", "дай" и "молоко". В самом деле, что такое три десятка букв и цифры среди многих сотен слов, которые малыши узнают в первые два года жизни?!

Но снова мы слышали:

- Что вы делаете? Нельзя до школы обучать грамоте, ведь вы не знаете методики, вы неспециалисты, вы изуродуете детей!

Трудное наше счастье

Вот так, в спорах, мы начинали... Сначала мы воевали с бабушками и соседями, потом спор вышел на страницы печати. "Правы ли мы?" - спрашивали мы в своей книжке, газетной статье, фильме. Многие с нами не соглашались: "Нет, они не правы! Раннее развитие опасно! Раннее развитие вредно!"

А мы, глядя на веселых, подвижных, всегда чем-то увлеченных наших малышей, недоумевали: "Почему опасно? Почему вредно?" - и погружались в изучение книг, брошюр, статей - всего, где можно было добыть сведения об этом страшном раннем развитии.

Мы узнали, что еще в начале нашего века у М. Монтессори дети (причем дети умственно отсталые) к пяти годам не только читали, но и каллиграфически писали, что в Японии есть школа для одаренных детей и принимают туда четырехлетних ребятишек, что в Филадельфии существует институт по исследованию человеческого потенциала, где сделали вывод: "правильный" возраст, в каком следует учить ребенка читать, - это полтора-два года. Петра Первого дьяк Никита стал учить грамоте примерно в три года. Мария Кюри была на два года моложе своих подружек в гимназии, Н. В. Гоголь в три года писал слова, а в пять пробовал сочинять стихи. В семье Ульяновых все дети к четырем-пяти годам уже читали.

Все это поддерживало нас в наших поисках. Но главным подтверждением правильности выбранного пути были наши дети. Они поражали нас своими возможностями. Мы не поспевали за их развитием, мы постоянно ошибались в своих прогнозах. Это было удивительно! И это заставило нас увязнуть в проблеме раннего развития всерьез.

За восемнадцать лет мы заметно отклонились от традиционных сроков начала развития детей, но теперь мы слышали новые возражения:

- Ну хорошо, действительно, дети могут развиваться намного быстрее, но нужно ли это, не лишаете ли вы своих детей счастливого беззаботного детства?

Так говорят и думают многие, пока... не побывают у нас в гостях. А когда увидят все своими глазами, поговорят и поиграют с нашими ребятами да еще и привезут своих малышей в наш "детский сад", а потом никак не могут их вытащить домой, вот тогда, расставаясь с нами, признаются:

- Счастливые у вас дети...

А иные вздыхают:

- Счастливые вы родители...

А мы и не отказываемся действительно счастливые, только счастье наше не само по себе к нам пришло, нет, не само...

Вот мы и решили написать обо всем, что узнали сами, с единственной целью: может быть, наш опыт поможет кому-нибудь стать счастливее.

В своем рассказе мы постарались учесть те вопросы, которые нам чаще всего задают в письмах, на встречах, во время посещения нашего дома. Когда слышат, что мы оба работали, детей в ясли и садик не отдавали, няни у нас никогда не было, а бабушки живут отдельно, нам непременно задают один и тот же вопрос:

- Как вы успеваете? Откуда берете время на воспитание? Тут с одним не знаем, как управиться, а у вас семеро.

Ответом на этот вопрос служит вся наша книга. Мы расскажем вам, на что мы тратим время, а на что не тратим, за счет чего экономим, а на что не жалеем ни минут, ни часов, ни дней, ни целых лет.

И так же, как в беседах, мы, конечно, говорим не хором, а по очереди, так и в книге каждый из нас будет рассказывать о том, в чем он больший "специалист". А в случае надобности будем комментировать или дополнять друг друга и даже иногда можем поспорить, как это бывает у нас и в жизни.

Главная забота - здоровье

Л. А.: Поскольку основная доля хлопот и забот в первое время выпадает, естественно, на долю матери, мне и придется начать...

Первый час, первый день

Что говорить о первом часе жизни новорожденного? И он и мать в родильном доме: опытные врачи, акушерки, медицинские сестры, прекрасное оборудование, заботливый уход - все, что нужно для того, чтобы принять нового человека в жизнь и обеспечить матери полноценный отдых. И все-таки начну я свой рассказ не с возвращения из родильного дома, а с прихода туда.

Шесть раз это было как обычно: мы прощались у дверей в приемную, обменивались последними тревожными, но подбадривающими взглядами, и отец, естественно, возвращался домой, а я вручала свою обменную карту, отвечала на вопросы врача, ну и так далее...

А вот седьмой раз получилось иначе. Мы прошли к заведующей отделением... вместе. Она удивленно посмотрела на нас.

- Мы хотим попросить вас... - нерешительно начала я, - дать мне кормить ребенка в первые часы после рождения.

- Что за странная просьба, - еще больше удивилась заведующая, - когда надо, тогда и дадим!

И тогда мы рассказали ей о том, что у всех наших шестерых детей был очень сильный диатез, и мы, родители, уже смирились с этим, думая, что передаем диатез по наследству. Но о нашей беде узнал известный ученый, профессор Илья Аркадьевич Аршавский * и настоятельно рекомендовал - в качестве профилактического средства против диатеза - как можно раньше приложить ребенка к груди, чтобы он высосал те капли молозива, которые есть только у родной матери.

- Мы не знаем, будет ли толк, но все-таки решились последовать совету Ильи Аркадьевича. А вдруг поможет? И вот просим вас...

- Ну хорошо, - согласилась заведующая, - тем более что в этом нет ничего противоестественного, - добавила она.

* Заведующий лабораторией возрастной физиологии и

патологии НИИ общей патологии и патофизиологии АМИ СССР, доктор медицинских наук профессор И. А. Аршавский. С 1966 года лаборатория вела наблюдения за развитием детей Никитиных.

Любочку принесли для первого кормления часа через два после рождения... И что же? Дочка росла, пошла уже в школу, и все это время мы не нарадуемся на нее - никаких следов диатеза!

Если бы мы узнали об этом раньше... Сколько бы неприятностей могли избежать. Диатез болезнью не считается, но мучений от него и ребенку и родителям бывает много. Уже у пятимесячного малыша появляются мокнущие прыщики, а потом и болячки на личике, под коленками, в сгибах локтей и ягодиц. В тепле они нестерпимо зудят, малыш их расчесывает иногда до крови, плачет, капризничает. И это тянется год, и дольше, и ни лекарства, ни диета не дают стойкого результата. Наступает временное улучшение, а потом вдруг опять хуже прежнего.

И вот от всего этого мы избавились и к тому же так просто! Могли ли мы предполагать, что первые часы жизни человека так сильно могут повлиять на его дальнейшее развитие? Конечно, не могли, как не знали и многого другого.

Мы начинали точно так же, как начинают многие родители: с нервотрепки по поводу того, что у меня не хватает молока, с гор грязных пеленок, с бессонных ночей и изнурительных попыток установить "ночной перерыв в кормлении", с тщетных, столь же безрезультатных стараний излечить сынишку от диатеза и массы подобных проблем, которые наваливаются на родителей с рождением первого ребенка. После всего этого редко отваживаются даже на второго. Сколько раз я слышала от матерей: "Чтобы еще раз все это повторилось?! Ни за что!" А если прибавить бесконечные детские болезни, постоянную прикованность к дому, отчуждение (вместо помощи!) супруга... Ни за что! Точно так же сказала бы и я сама, если бы не наша помощь друг другу и не тот огромный интерес у нас обоих к развитию малышей, который постепенно помог нам пересмотреть кое-какие установившиеся традиции и намного облегчить кропотливый труд по уходу за младенцем. Вот допустим...

Проблема пеленок

Эта проблема, так пугающая иногда молодых родителей,

может быть разрешена по-разному. Одни убеждены, что это, конечно, мамина обязанность. Другие считают, что стирать должен отец (у матери и других хлопот хватает). Третьи стирают по очереди (равноправие!), есть и такие, которые взваливают эту работу на бабушку. Лишь немногим удается совсем избавиться от стирки с помощью службы быта. Возможно, последний способ понемногу вытеснит все остальные, но пока это дело не очень близкого будущего. Поэтому "до восьми месяцев смиритесь со стиркой пеленок" - так сказано в руководстве по уходу за ребенком.

Вначале и мы не были, разумеется, исключением - смирялись. Кто имел с этим дело, тот знает, каково это - стирать, кипятить, сушить и гладить с двух сторон 30-40 пеленок каждый день. Но однажды, когда мой, тогда полуторамесячный, сынишка проснулся сухим, я подумала: "Зачем ждать, пока он пеленки намочит, а если попробовать его подержать?"

Села на краешек дивана, положила малыша себе на колени и подхватила его под коленочки. Через несколько секунд на полу рядом с диваном была лужица, но ведь можно что-нибудь и подставить - так у нас появился специальный тазик (обычный горшок не годится - мимо получается). Сначала я держала малыша над тазиком, если он проснулся сухим или минут через пять-десять после кормления, а потом научилась узнавать, когда ему надо. Жаль, что не всегда в это время бываешь с ним рядом, но если есть возможность последить, то можно вообще обойтись без мокрых, а тем более грязных пеленок. Здесь интересна такая "деталь": когда держишь малыша над тазиком "по-большому", он чаще всего это делает в несколько приемов, не сразу, и надо дождаться, пока он в конце концов не сделает немножко и "по-маленькому". Это означает, что теперь-то уже все кончено: можно его подмыть и без опасения класть на чистые пеленки.

Конечно, порой приходится проявить терпение и настойчивость. Иногда малыш упрямится и не желает делать, что полагается: выгибается дугой, может даже заплакать. Чаще всего это бывает ночью или сразу после сна. В таких случаях помогало простое средство: если малышу дать немного попить из бутылки или просто пососать пустышку, он как будто переключается на другое и перестает упрямиться.

О физиологическом механизме этого явления мы узнали совсем недавно, но пользовались этим способом довольно часто. Мы, правда, преследовали другие цели, когда давали соску ребенку (чтоб не шумел, другим спать не мешал), а польза получалась двойная.

Так уже в первые недели у нас бывали целые дни без стирки,

и это стало не только большим облегчением для меня, но, главное, оказалось очень полезным для младенца: он не подмокает, кожица остается постоянно сухой, даже подмывать его приходится очень редко. Позже, когда малыш начинает ползать и ходить, он не всегда помнит о том, что надо попроситься. Видимо, слишком много отвлекающих моментов у него в это время появляется в жизни: столько интересных вещей кругом, столько дел! Мы сначала не понимали этого и расстраивались: ну вот, все забыл. Оказывается, нет, не забыл, просто теперь ему, что называется, не до того. Мы старались замечать по поведению малыша или по пройденному времени, когда ему следует посидеть на горшочке, и старались предотвратить "беду". И очень радовались, когда все получалось как надо, не скупились на похвалу. Если же "беда" все-таки приключалась, мы, уж конечно, старались обходиться без криков и шлепков. Постепенно все приходило в норму. Таким образом и мокрые штанишки особой проблемой для нас не становились, и совершенно исключалась большая неприятность, которая мучает иногда ребятишек годами, - ночное недержание мочи.

Малышу уже в первый месяц так не нравится быть мокрым, что он просыпается и может заплакать даже на улице, когда лежит завернутый в коляске. Привезешь его домой, развернешь, а на пеленке крохотное мокрое пятнышко. Это он начал и... испугался, что мокро получается. Зато теперь над тазиком он весь свой запас выльет без задержки.

Когда мы рассказываем об этом, нам не верят, а когда удостоверятся, спрашивают: "Ему не больно, не вредно?" И нам теперь только смешно: неужто в луже лежать лучше и полезнее, чем у мамы на коленях? И неужели человеческое дитя глупее котят или щенят, которых с первых дней можно приучить к порядку? Теперь я так научилась понимать малыша, что уже в родильном доме могла сказать, когда его надо "подержать над тазиком" - он ведь обязательно дает знать об этом: завозится, закряхтит, сморщится - поймите только, взрослые! А взрослые понимают только тогда, когда уже поздно. И не понимают подряд неделю, месяц, полгода. А когда малыш смирился с "бестолковостью" взрослых и начнет наконец безропотно все "делать под себя", тогда начинаются шлепки и всякое недовольство. Сами приучили, а потом начинают отучать - ну и логика!

Как часто, к сожалению, приходится встречаться с этой странной логикой взрослых! Не дают, например, малышу ни подумать, ни сделать по-своему - все решают и делают за него, а потом его же и ругают: мол, бестолковый, ленивый,

равнодушный. Или, допустим, учат есть побольше, впихивают еду чуть ли не силком, а потом не знают, как унять аппетит ожиревшего ребенка.

Он голодный!

Это одно из самых распространенных заблуждений начинающих матерей, которым все время кажется, что у них не хватает молока, что малютка недоедает, плохо прибавляет в весе, бледный, худой и т д. и т. п. И вот мамы и бабушки запасаются спасительной смесью ("Она такая питательная! Она такая удобная!", и.. очень скоро малыш меняет родную маму на бутылочку с соской: из рожка тянуть легко - трудиться не надо. Да и маме самой вроде легче: бутылку дала - и никаких тебе хлопот...

Никаких хлопот? К нам как-то приехал папа с двухлетней девочкой, весящей 22 (!) килограмма.

- Что теперь делать? - спрашивал он удрученно. - Она ни ходить, ни бегать не хочет. Может быть, "спортивный комплекс" поможет?

- Как это у вас получилось, - растерялись мы, видя впервые такого сверхупитанного ребенка.

- Сами не знаем. Она у нас искусственница. У матери молока не было, кормили ее смесями, и вот...

Не отсюда ли появляются тревожные цифры о постоянном росте процента ожиревших детей? В школах Харькова, например, этот процент перевалил в 1975 году за 14.

А чем грозит ожирение, представить себе нетрудно: плохая сопротивляемость болезням, малая подвижность, слабое сердце и... насмешки сверстников, застенчивость, неуверенность в себе... Нет! Чем такие хлопоты, лучше уж маме с самого начала проявить максимум настойчивости, изобретательности, терпения и кормить малыша самой.

Конечно, не все может получиться сразу. У нас бывали дни - из рук вон, особенно с первым, когда опыта еще не было и когда всякий вопль казался сигналом: "Хочу есть!" Дело осложнялось еще тем, что мы жили тогда с двумя бабушками и дедушкой, которые, понятное дело, не могли молчать, видя, как младенец "целый час орет не переставая, а мать сидит как каменная". Известно, когда кричит ребенок, минута можёт показаться вечностью, так что можно простить бабушке ее невольное

преувеличение. Что касается "каменной" матери, то только я знаю, каково мне было, пока сидела рядом с плачущим малышом, а с трех сторон мне давали советы. Дедушка: "Надо, чтоб сосал грудь. Пусть покричит, но сосет из груди". Бабушки (наперебой): "Дай ему бутылку, не мучай ребенка!" Отец: "Приложи к другой груди, не бойся!" А мне хотелось только одного: "Уйдите вы все, дайте мне самой разобраться!" Но сказать это вслух я не решалась (сейчас-то понимаю: зря не говорила), а уж ночью давала волю слезам. Молоко от всего этого и вовсе стало пропадать. Так и стал наш первенец "благодаря общим усилиям" к пяти месяцам полным искусственником.

Со вторым сынишкой я постаралась обойтись без советчиков: сама пробовала и кормить почаще, и прикладывать к одной и другой груди в одно кормление, а первые дни на ночь иногда готовила полбутылочки молочной смеси или подслащенного коровьего молока, разбавленного пополам с водой, чтобы не нервничать из-за того, что не хватит молока. Это был, конечно, не лучший выход, но он снимал беспокойство. Зато недельки через две все приходило в норму, надобность в докорме отпадала, малыш вполне наедался, а у меня прибавлялось молока, и кормила я сына до года. Так получалось и со всеми остальными детишками, хотя каждый раз в родильном доме приходилось выслушивать безнадежные предсказания: "Да, молока у вас совсем нет, плохо ваше дело!" Хорошо, что я в эти предсказания уже не верила.

Кормить ли ночью?

Об этом я не решилась бы написать, если бы не книга известного американского педиатра доктора Б. Спока. Он написал о том, что американские врачи сначала чрезвычайно преувеличивали значение строгого режима и почти всякие неприятности - вплоть до расстройства желудка - связывали с нарушением режима и винили в этом родителей: не вовремя положили спать, не вовремя покормили - вот и результат.

Но в Америке нашлись такие храбрые папа и мама (оба ученые), которые стали воспитывать свою новорожденную дочку, не придерживаясь рекомендуемого режима, но при этом очень внимательно записывали, какой "режим" устанавливала сама себе малышка. Оказалось, что в первые месяцы жизни она питалась довольно беспорядочно, но, в общем, делала меньшие перерывы в

кормлении, чем это обычно требуется, и только к трем-четырем месяцам жизни вышла на рекомендуемый интервал - 3-3,5 часа между кормлениями. "Безрежимность" воспитания никакого вреда ей не нанесла. После опубликования материалов об этом исследовании врачи перестали требовать строгого выполнения режима. И матери вздохнули с облегчением: ведь точно следовать режиму очень трудно, и поэтому все время чувствуешь себя виновной в массе погрешностей.

У нас первые неприятности с режимом произошли, когда я попыталась установить так называемый "ночной перерыв в кормлении" и ночью не давала малышу грудь. А он обязательно просыпался (диатез не давал ему покоя), плакал, просил есть. Вода из бутылочки с соской его не устраивала. Засыпал он, если его держали или носили на руках, но тотчас же поднимал крик, как только его снова укладывали в свою кроватку. И так из ночи в ночь.

И вот, намаявшись от постоянного недосыпания, я решилась однажды на "преступление": ночью покормила сынишку и... следующей ночью тоже покормила. С тех пор кончились наши недосыпания. И со всеми остальными ребятишками мне не пришлось больше "воевать" по ночам.

А в дневное время я, еще не зная ничего о докторе Б. Споке и его книге, сама установила очень гибкий режим и в еде и в сне: время кормления могло сдвигаться на час и более. Если ребенок спал, я его никогда не будила для "очередного" кормления, а если не хотел спать, насильно не укладывала.

Учимся понимать ребенка

Вначале, конечно, было трудно научиться определять, что требуется ребенку. Оказалось, плакать он может от множества причин: подмок или вот-вот подмокнет, неудобно лежит, пучит животик, наглотался воздуха при еде, где-то трет пеленка, мешает соска, хочет спать, пить или, наконец, хочет есть. И если каждый раз, как только он заплачет, давать грудь, можно человека совсем выбить из колеи. Со временем я научилась различать интонации плача, а по мимике, по движениям сынишки угадывать его потребности. Правда, при этом пришлось запастись терпением, зато месяца за три мы уже неплохо научились понимать друг друга. А со следующим было уже проще, хотя каждый малыш имел свой характер и к каждому приходилось

приноравливаться заново.

Со временем мы поняли, что при всех трудных ситуациях прежде всего надо сказать себе: "Только без паники" - и постараться успокоиться. А потом попробовать и так и иначе. И наблюдать, наблюдать, наблюдать - не жалеть на это времени (и записывать наблюдения), учиться понимать младенца, себя, друг друга и окружающих, обязательно и окружающих - об этом речь еще впереди.

Постепенно мы учились главному - подходить к ребенку без предвзятых мерок и представлений, с желанием разобраться в возможностях, потребностях, особенностях самого малыша. Конечно, не всегда это получалось, конечно, мы частенько сбивались на привычные методы, основанные на принципе: взрослый знает и может все, ребенок - ничего. Но мы очень старались понимать малышей и учиться у них. И нас ждали на этом пути многие радости и... настоящие открытия.

Б. П.: Почему-то считается: чтобы ребенок рос здоровым, его надо главным образом от всего оберегать - от простуд, от инфекций, от падений и ушибов, от опасностей - прежде всего беречь! Но это значит не готовить его к переменам погоды, к разным колебаниям и перепадам температур, не повышать защитные силы организма (неспецифический иммунитет), не учить падать без последствий и т. д., то есть не готовить к тому, что обязательно встретится в жизни.

А мы с самого начала думали иначе: здоровье надо укреплять - делать организм ребенка физически развитым, выносливым, невосприимчивым к болезням, закаленным во всех отношениях, чтобы малыш не боялся ни жары и ни холода. Но как этого достигнуть, мы не знали и, наверное, долго не решились бы на серьезное закаливание, если бы не... диатез. Как говорится, не было бы счастья, да несчастье помогло. Ведь диатез является сигналом того, что организм предрасположен к болезням, особенно к простудным. А мы благодаря диатезу, наоборот, избавились от простуд, укрепили здоровье ребятишек.

Л. А.: А дело было так. Диатез особенно сильно мучил нашего первенца. Личико у него иногда превращалось в сплошную болячку. Где мы с ним только в первый год не побывали, каких только средств не перепробовали: мази и примочки, кварц и переливание крови, купания в разных отварах, лекарства внутрь, строгая диета, но... решительного сдвига так и добились...

Холод - доктор

Мы тогда жили в только что построенном сборном щитовом домике, еще плохо утепленном. Температура в комнатах могла колебаться от плюс 10-12 градусов (с утра, пока печка еще не затоплена) до плюс 25 градусов (к вечеру). Я тогда расстраивалась из-за этого, думала, что для малыша это очень вредно, и мечтала о теплой квартире. Однако и тут оказалось - нет худа без добра. Мы довольно скоро заметили; с утра, пока не затопили печь и в доме прохладно, малышу намного легче. Красные пятна на кожице бледнеют, зуд прекращается. Он весел, энергичен, много и охотно двигается, самостоятельно играет. Но стоит его одеть потеплее или сильно натопить печь, как ему сразу становится хуже: зуд мучает малыша, он делается плаксивым, вялым, капризничает и буквально не сходит с рук, требуя внимания и развлечений.

И вот однажды вечером, зимой, стараясь как-то унять зуд у плачущего сынишки, я вышла с ним на минуту в тамбур, перед дверью на улицу. Сама я успела за эту минуту слегка озябнуть, а он - в одной распашонке - быстро успокоился, даже развеселился. С этого и началось наше невольное "закаливание". Как только он начинал расчесывать свои болячки, мы - в прохладный тамбур или на застекленную террасу, а однажды в солнечный февральский денек осмелились выскочить и на улицу. Пригревало уже по-весеннему, сверкал снег, сияло голубое небо. Сынишка в восторге прыгал у меня на руках, и мы сами развеселились, глядя на малыша. Но было все-таки, конечно, страшновато: а вдруг простудится, заболеет? Через полминуты мы вернулись домой, а сынишка потянул ручки к двери - еще, мол, хочу! Но мы все-таки решили подождать до завтра. А на следующий день мы уже "гуляли" таким образом дважды - тоже примерно по полминутки. И через неделю от наших опасений уже ничего не осталось: сын чувствовал себя прекрасно. Ему было тогда всего восемь месяцев. А в полтора года сынишка уже сам выбегал босичком на снег и даже нас тянул за собой.

Расхрабрились и мы. Стали все чаще пользоваться этими "снежными процедурами": пробежишься по снегу, да еще в сугроб по колено влезешь, разотрешь потом досуха ноги - ступни горят, а в мышцах ощущение как после хорошего массажа. А главное, мы приобретали уверенность, что все это не страшно, что это полезно. И все было бы хорошо, если бы не ужасные пророчества, которые со всех сторон обрушивались на нас: "Воспаление легких обеспечено!", "Хронический бронхит и насморк будут непременно!", "Ревматизма не избежать!", "Уши ребенку простудите - оглохнет!"

Но все эти пророчества не оправдывались. Поэтому со вторым сыном мы были уже смелее - с самого начала не кутали его, давали побыть голеньким и дома и на улице, пустили в одних трусиках ползать по полу, ходить по земле во дворе. А когда сыновья стали старше, даже нас удивляло, как охотно и подолгу, скинув надоевшие за зиму куртки, и без шапок и рукавиц братишки могут возиться в мартовском подтаявшем снегу, прорубая каналы, сооружая плотины. При этом, бывало, даже промокшие ноги их не смущали. Заигравшись, они не всегда вспоминали о том, что надо сменить обувь. И все обходилось без неприятных последствий.

Вы спросите: неужели нам совсем не было страшно за детей? Было, конечно, особенно вначале, когда мы многого не знали. Нас тогда поддерживала интуитивная уверенность в том, что если ребенку прохлада приятна, то это не может быть опасным или вредным. Мы тогда не знали, как может быть крепок человеческий организм даже у самых маленьких, не знали, что слабым его делает не природа, а условия жизни.

Как было раньше

Б. П.: Однажды в одной из брошюр известного специалиста по закаливанию профессора И. М. Саркизова-Серазини мы увидели ссылки на книгу Е. А. Покровского "Физическое воспитание у разных народов" (1884 г.). Мы ее раздобыли - вот когда нам пришлось по-настоящему поразиться! Как и всем цивилизованным людям, новорожденный представлялся нам чрезвычайно нежным, неприспособленным существом, которое вне стерильных условий современной больницы не проживет и дня. А оказалось, что это совсем не так. В каких разнообразных условиях появлялись на свет дети, каких только сюрпризов не преподносили ему обычаи родной земли!

У финнов и русских, например, ребенок рождался (и жил затем целую неделю) в бане, где температура могла быть плюс 50 градусов. Считалось, что в такой жаре, где все ткани тела становятся мягкими, очень легко проходят роды. А тунгуски, например, нередко разрешались от бремени во время перекочевки, под открытым небом и при сорокаградусном морозе. У них рождение ребенка вообще не считалось событием, а простым физиологическим актом, к нему поэтому заранее не готовились, и часто никто не помогал матери при родах.

Новорожденный выдерживал и жару, и свирепый холод. Диапазон температур - 90 градусов.

А после рождения? У одних народностей был обычай окунать детей в прорубь, у других обтирали снегом или обсыпали... солью. Младенец выдерживал все.

Тут мы вспомнили и о тех случаях, когда дети выживали же в логове зверей. Как же велики должны быть приспособительные возможности только что родившегося человека, если он мог выносить все это, какими же надежными защитными "механизмами" снабжает новорожденного природа! Взять хотя бы одни температурные условия: в бане температура на 20 градусов выше, чем в материнском теле, а зимой на морозе на 70-80 градусов ниже! Но ведь обычные дневные перепады лежат в пределах 5-10 и редко 20-30 градусов. Значит, организм может перекрывать их с запасом в 2-3 раза.

Кибернетики нашли уже секрет этой непостижимой для машин надежности человеческого организма и назвали его "принципом функциональной избыточности". Именно он лежит в основе надежности всех организмов. Например, самая большая наша артерия - аорта - выдерживает давление в 20 атмосфер, хотя сердце даже у гипертоников не может создать давление более 0,3 атмосферы. Или количество тромбина (вещества, нужного для свертывания крови, чтобы рана закрывалась сгустком) в 70 раз больше, чем надо. Таким же громадным "запасом прочности" организм обладает и в других отношениях.

Но куда же девается эта прочность и надежность у нашего современника? Почему он, только родившись, болеет в пять раз чаще взрослого? И как раз от тех же перепадов температур, да еще совсем незначительных.

Дело в том, что за миллионы лет совершенствования живых организмов, кроме "принципа функциональной избыточности", установился и другой, не менее важный для целесообразной изменяемости, приспособляемости организма - "закон свертывания функций за ненадобностью". Что это такое? Очень хорошо его продемонстрировали первые длительные полеты в космос. Блестяще подготовленные, сильные, тренированные космонавты попадали на целый месяц в условия невесомости. Резкие движения там были не нужны, даже опасны. Им приходилось становиться осторожными, едва шевелить руками и ногами и почти не напрягать мышцы. Всего один месяц пробыли они в невесомости, но, возвратившись на Землю и выбравшись из люка корабля, они... не могли даже встать.

- Как в центрифуге, - говорили они, - земля так притягивает, что не встанешь.

И в течение месяца или полутора им пришлось "учиться ходить", как на первом году жизни, потому что надо было не только возвратить былую силу всем мышцам, но и восстановить работу вестибулярного аппарата. Орган равновесия тоже, оказывается, был там не нужен - ведь в полете исчезали "верх" и "низ".

Тот же результат получили и в опыте с "моржами" - людьми, купающимися в проруби. В течение полутора месяцев их непрерывно держали в термокомфортных условиях: в комнате температура поддерживалась в пределах плюс 27-28 градусов, а вода при купании плюс 34 градуса. И вся их закалка исчезала - они могли простудиться, стоя у открытой форточки.

Но такая же судьба постигает и новорожденного, если после рождения его поместить в стерильные условия, в термостат (постоянная температура), в тесные путы пеленок, тогда он и приспосабливается именно к этим условиям. Никаких колебаний температуры и, значит, никакие природные "механизмы" терморегулирования ни разу не включаются в работу. И день, и неделю, и месяц, и... постепенно отмирают за ненадобностью! И значит, через месяц ребенок становится беззащитным перед любым сквознячком. Не отсюда ли эти грозные цифры: до года ребенок болеет в пять раз чаще взрослого, причем почти 90 процентов болезней составляют простудные заболевания.

Видимо, не случайно у многих древних народов новорожденного обтирали снегом или крестили в проруби. Этим сразу пускались в ход все "механизмы" терморегулирования, причем в самом суровом режиме. Да и дальше детей вовсе не нежили, не укутывали, как сейчас. На рисунках в книге Покровского мы увидели совсем голых ребятишек рядом с одетыми в меховые шубы взрослыми. Вспомнили: художники прошлых веков изображали мадонн всегда с обнаженными младенцами на руках. Нет, не случайно все это! Видимо, так готовили люди детей к суровым условиям жизни, укрепляя защитные силы организма.

Холод - друг

Но ведь и теперь о пользе закалки знают все, о способах закаливания можно прочитать в любой брошюре. Почему же так много на улицах перекутанных детей, почему так неохотно родители следуют советам врачей о закаливании? Думаем, что

одна из причин этого (и немаловажная, если учесть занятость матерей и дефицит нянь и бабушек) заключается в сложности и трудоемкости рекомендуемых закаливающих процедур. Вот как, например, следует проводить влажное обтирание. Надо нагреть воду, измерить температуру, добавить холодной или горячей воды, снова измерить температуру, чтобы не ошибиться: "Температура воды должна быть вначале 32-33 С, затем постепенно, с интервалом в 5-7 дней, температуру воды снижают на 10 и доводят до 30 С". "Варежкой из мохнатой материи, смоченной в воде и отжатой, обтирают сначала руки, затем грудь и живот, спину, ягодицы, ноги ребенка. Сразу же вытирают смоченную часть тела мохнатым полотенцем до легкого покраснения кожи". Причем это все надо проделывать минимум двум взрослым, потому что "все тело, кроме обтираемой части, должно быть под одеялом" (М. Я. Студеникин. Книга о здоровье детей. М., 1973, с. 112).

И так надо делать систематически, каждый день, следя за температурой с точностью до градуса, за временем - с точностью до минуты. А ведь еще воздушные ванны, купание. А если ребенок не один, надо еще и возраст учитывать: каждому свои градусы и минуты. Об эффективности таких закаливающих процедур родителям бывает трудно судить хотя бы потому, что довести их до заметного результата не удается: либо за недостатком времени родители останавливаются на полпути, либо ребенок успевает заболеть раньше, чем закалится. Вот и получается: проще закутать малыша - и дело с концом. Так в основном многие и делают, стараясь просто уберечь малышей от всяких перемен погоды, тем самым прямо-таки подготавливая их к тому, чтобы к ним, что называется, липли все болезни.

Что же получается у нас? Мы тоже не имели возможности проводить закаливания "по всем правилам". Но так уж вышло, что мы со своим первенцем несколько месяцев прожили на открытой террасе. Менять пеленки приходилось по нескольку раз даже ночью. А летние ночи бывают очень прохладны... Развернешь, бывало, младенца, а от него пар. Нас все пугали простудами, мы и сами побаивались этого, но малыш не болел. Тогда мы не придали этому значения, но когда началась наша война с диатезом, мы вспомнили и о тех холодных летних ночах. Малыш легко выдерживал разницу температур в 15-20 градусов! А когда мы стали его, голенького, выносить из теплой комнаты (плюс 25 градусов) на морозец (до минус 10 градусов), он прекрасно чувствовал себя и при почти мгновенных перепадах температур 30-35 градусов!

Но ведь этот способ быть здоровым известен на Руси с

незапамятных времен: из бани - в снег или в прорубь, а потом снова в баню. И так по нескольку раз! Так что же и нам-то бояться, успокоились мы.

Л. А.: Когда у нас родилась дочка, многие говорили нам:

- Ну уж с девочкой-то вы так обращаться не будете!

- Почему? - удивились мы. - Разве девочке не нужно быть здоровой и крепкой? - И в первый же день после недельного пребывания дочки в комфорте родильного дома я устроила ей во время первого же домашнего кормления воздушную ванну - на полчаса...

Кормление плюс...

С тех пор так у нас и повелось: каждое кормление сопровождалось закаливающими процедурами. Вот как это бывало. Постелю на диване пеленочку, кладу дочку - она без чепчика, в одной распашонке - и ложусь рядом с нею поперек широкого дивана. Кто-то из девочек заботливо подсовывает мне под голову подушку. Какое блаженство! Когда-то и маялась же я, пытаясь кормить сидя, "как положено": обе руки заняты, спина устает, ногам неудобно, да и малышу (завернутому, стиснутому) неловко - и мне и ему удовольствия было мало. И вот как-то, усталая, пришла я с работы и попробовала кормить полулежа. Удивилась, как хорошо: сама отдыхаю, и ребенку удобно.

С тех пор кормление стало для меня и для малышки минутами отдыха, наслаждения, общения и даже временем гигиенических и закаливающих "процедур". Вот лежит, прижавшись ко мне бочком, маленький человечек, сосет, сопит, причмокивает. А я в это время могу потихоньку его приласкать, погладить, просунуть свой палец ему в кулачок - пусть хватает покрепче, могу спеть что-нибудь ласковое, нежное, чем это не общение? Малыши очень любят эти минутки. Помнится, как горько плакала однажды наша семимесячная дочурка, когда я, придя с работы, стала кормить ее, а сама уткнулась в книжку, даже не поговорив, не поиграв с нею. Она даже сосать отказалась, обидевшись, хотя есть очень хотела. Для меня это стало уроком на всю жизнь: с тех пор мы знали, что время кормления нужно малышу не только для питания. Правда, в самые первые дни эти минуты обычно бывают связаны с лечением. Вот дочка сосет, а я свободной рукой осторожно расправляю ей складочки на шейке, на ручке и... дую на них. Прямо на глазах бледнеют пятна

потницы, с которой малышка явилась из родильного дома. И я уже знаю, что и с опрелостями за два три дня справимся без всяких мазей и присыпок: просто во время кормления воздух их высушит, и все быстро пойдет на поправку. Да и впредь не понадобятся нам присыпки и мази, потому что кожица будет сухая и чистая. А какая экономия времени - ведь на все эти "гигиенические и закаливающие процедуры" не приходится тратить ни минуты дополнительного времени.

Воздушные ванны

Тут же дочка принимает и "воздушные ванны" - ведь она в одной распашонке. За шесть-семь кормлений таких "ванн" набирается часа на полтора-два в первый же день. А позже, недели через две-три, после каждого кормления она еще и "гуляет", чаще всего совсем голенькая. Это еще час-два, в общей сложности выходит часа три в день по 20-30 минут за "сеанс". Длительность "сеансов" зависит только от самочувствия малышки: если нравится, лежи на здоровье. Но вот она завозилась, состроила плаксивую гримаску, даже начала похныкивать - я беру ее, держу над тазиком, пока она все, что нужно, не сделает, а потом завертываю для сна: распашонка, подгузник, большая пеленочка и теплая пеленка на ножки, которые я обязательно согрею ладонью. Если они останутся холодными, то спать малышке будет беспокойно, она может легко подмокнуть (особенно этим отличаются почему-то мальчики),

Так с первого дня пребывания в доме, а в теплое время года и на улице: пока малыш не спит, он либо голенький, либо в распашонке, либо (постарше) в трусиках. При этом температура в комнате или на улице может колебаться приблизительно от плюс 15 до плюс 25 градусов, а в зависимости от температуры изменяется и продолжительность "воздушных ванн". Если холодно, малыш скорее "потребует" завертывания, а приятно - с удовольствием болтает ручками и ножками, пока не захочет спать.

Б. П.: Помним, сначала нас очень удивляло: ручки и ножки холодные, пяточки даже синеватыми сделаются, а малышу хоть бы что! Лежит себе веселенький, и все. Только потом мы узнали, что холодных пяточек опасаться не надо. Это просто внешнее проявление адаптивных реакций к холоду. При этом снижается разница температур между кожей и воздухом и резко сокращается

отдача тепла. А учащение пульса и повышение тонуса мышц увеличивает образование тепла и восстанавливает тепловой баланс организма. И все это оказывается очень нужным для младенца: прохлада бодрит и делает движения приятными, а без одежонок и пеленок двигаться легко, ничто не мешает. Ребенок легче и быстрее осваивает разные движения, раньше начинает садиться, вставать, ползать. Это, в свою очередь, приводит к еще большим колебаниям температур: во сне под пеленкой или одеяльцем ему тепло (33-34 градуса по Цельсию), а проснется - его развернут, и он сразу попадает в комнатную температуру (18-25 градусов по Цельсию) - получается перепад (10-12 градусов). А если его пустили ползать по полу (10-12 градусов по Цельсию), перепад еще больше. И так много раз в день.

К этому добавлялись еще и разные "водные процедуры": мы умывали, а в случае надобности и подмывали малышку, не подогревая воду - из-под крана, но не прямо под струей, а с ладони, набрав воду в горсть. В первый раз малыш мог слегка вздрогнуть, а на второй-третий день - привыкал и не выражал неудовольствия, даже если вода была холоднее, чем обычно.

И на солнышко

Первый ребенок наш родился в начале лета. Стояли теплые июньские дни. Мы готовились к строительству своего щитового дома и много времени проводили на участке, расчищая место для закладки фундамента. Мы работали, а сынишка частенько был рядом - лежал в кроватке или на одеяле, разостланном под яблоней. Мы тогда его надолго не разворачивали: еще не знали, что это можно и нужно делать. Но иногда все-таки не удерживались - уж очень ласково грело солнышко! - и переносили его на несколько минут из-под дерева на открытое место.

Он это принимал как должное и никакого беспокойства у нас не вызывал. Беспокоились только бабушки. А мы тогда еще не читали популярных брошюр и не знали, что ни в коем случае нельзя допускать действие на младенца прямых солнечных лучей. Потом вычитали в какой-то популярной статье, как лисица выносит из норы своих маленьких еще лисят на солнышко, и показали статью бабушке.

- Этого еще не хватало, - возмутилась она, - ребенка с лисенком сравнивать!

А нам это сопоставление казалось убедительным - тем более

что никаких плохих последствий у сынишки мы не обнаруживали: он и спал, и ел, и со всеми прочими своими обязанностями справлялся прекрасно.

Так мы делали и с другими своими детьми - с первых дней жизни. Обычно кто-нибудь из нас, взрослых или старших детей, усаживался на стул, на колени стелил пеленку, а на нее укладывали малыша. Головку прикрывали уголком пеленки, а тельце поворачивали то одним бочком к солнышку, то другим, то животиком, то спинкой. В общей сложности начинали с 5-6 минут, а примерно через месяц могли так загорать и 10, и 20, и 30 минут - по настроению малыша и по погоде. У трехмесячного уже хорошо был заметен загар, и в 4 месяца он свободно проводил с нами час-полтора, загорая на берегу Клязьмы на неярком подмосковном солнце.

Когда нашей дочке не было еще и года, а старшему исполнилось всего четыре, мы ездили со всеми тремя малышами на юг и прожили на берегу Черного моря в палатке около месяца. Целые дни мы проводили то на пляже, то в море, то на песочке возле палатки (в ней днем было очень душно), то на улицах Феодосии. Мы, взрослые, подчас изнемогали от жары и норовили отдохнуть где-нибудь в тени, а на малышей солнце как будто бы и не действовало: они даже панамки носили только первые дни, а потом, к нашему удивлению, вполне обходились без них - оказалось, что волосы достаточно хорошо защищают голову от солнца.

Несколько лет спустя, во время нашего очередного путешествия, теперь уже на Кавказ, мы увидели в Кабардино-Балкарии такую картину. Через аул в горном ущелье проложен узенький арык. И около этого ручейка в жаркий июльский полдень кипит жизнь: утята, гуси, козы, ребятишки всех дошкольных возрастов. Одетые в рубашки или в одни трусики, чаще босичком, но с буйными шевелюрами, они поражали нас тем, что не обращали никакого внимания на палящие лучи горного и по-особому обжигающего солнца. Не только у больших, но и вышагивающих еще вперевалочку годовалых малышей, держащихся за руку старшей сестренки или брата, кожа была уже совершенно ровного шоколадного цвета. Невольно возникал вопрос: если тут не боятся солнечных лучей, то почему же нам-то их бояться? Солнце у нас не столь щедрое, значит, тем более его надо использовать как можно лучше. С тех пор единственным критерием продолжительности солнечных ванн для нас стало, как и во всем другом, только самочувствие малыша. И нам ни разу не пришлось об этом пожалеть.

Вот так у нас получалось: жизнь ставила перед нами какую-то проблему (где взять время? как избавиться от диатеза? как предотвратить болезни? и т. п.) и толкала нас на поиски выхода, и выход этот не всегда совпадал с общепринятым традиционным. Мы шли сначала ощупью, а потому очень осторожно, затем - по мере накопления опыта - все более осознанно, а потому и смелее. Так мы предоставили нашим малышам удовольствие ощущать самые разные естественные воздействия окружающей среды: и перепад температур, и прямые солнечные лучи, и ветерок, и прохладный дождик или настоящий летний ливень...

Л. А.: Началось все с простого: лежит рядом со мной дочка и не подозревает, что прохладный ее бочок и холодные пяточки - это серьезные профилактические меры для предотвращения многих-многих бед. И так изо дня в день, из месяца в месяц. И живем мы с дочкой, так же как и с остальными ребятишками, в счастливой уверенности, что никакие простуды нам не страшны. Ноги промочили? Ничего - вытрем, и все. Сквозняк? Пусть, он нам тоже не страшен. Зачем сосульки грызть? Так они же вкусные! По снегу босиком? Но ведь это только приятно!

И здесь вот что важно: уверенность, в свою очередь, становится хорошим средством, предотвращающим заболевания. Об этом мы только догадывались, но по-настоящему узнали тоже совсем недавно: один врач, специалист по аутотренингу, объяснил нам, что здоровье человека и его способность сопротивляться болезням зависят и от настроения, от уверенности з том, что он не заболеет. Нередко болезненное состояние бывает мнимым или ухудшается только из-за того, что человек становится в этом убежден. А дети гораздо сильнее поддаются внушению, чем взрослые.

И не подозревают многие любящие мамы и бабушки, что своими страхами и вечными опасениями ("Не беги - упадешь! Не лезь в лужу - ноги промочишь! Не пей холодную воду - заболеешь! Закрой форточку - простудишься!" и т. п.) они только приучают малышей к мысли, что болезней не миновать. Те, разумеется, и не минуют. Получается порочный круг: оберегание - укутывание - изнеживание - болезнь - еще более тщательное обережение и так далее, вплоть до внушения самому ребенку, что он болезненный и хилый. Да он может быть здоровым и крепким, только... разрешите ему и поверьте сами, что это вполне возможно.

К нам часто приезжают папы и мамы со своими малышами. пока мы, взрослые, разговариваем, ребятишки довольно быстро

осваиваются в нашей спортивной комнате: виснут на кольцах, кувыркаются на большом матраце, пытаются влезть на шест. Им вскоре становится жарко в шерстяных костюмчиках и колготках, и они, глядя на наших ребят, помаленьку стаскивают с себя одну одежку за другой и, испытывая наслаждение от легкости, свободы и приятной прохлады, все больше втягиваются в общую игру. Бывало даже, что кто-нибудь, возбужденный возней, выскакивал (раздетый-то!) вслед за нашими прямо на мороз. Родители, узнав об этом, чуть в обморок не падали, а ребенку хоть бы что. Вот что значит уверенность: я могу, я не заболею!

Б. П.: Все, о чем мы рассказали выше, касается самых насущных проблем первого года жизни ребенка. Кормление, уход, закаливание - мимо этого не пройдет ни одна семья, потому что все это связано со здоровьем и самим существованием малыша. Проблемы эти нельзя не решать, и, к сожалению, на решение их уходит в основном все время матери и отца в первый год жизни ребенка.

Но есть и другие проблемы, на которые, к сожалению, мало обращают внимания, которые откладывают "на потом", потому что "мал еще, пусть сначала подрастет". Это проблемы физического, умственного и нравственного развития малышей в первый год жизни. Да, да, именно тогда.

Правда, они становятся ощутимыми для родителей позже - через два-три года, но тогда же выясняется: что-то сделано уже не так и надо переделывать или наверстывать упущенное. Все знают, например, что малыш в первый год к определенному времени должен научиться сидеть, стоять, ползать, ходить. Ему помогают в этом, беспокоятся, если он плохо умеет делать то, что "положено", но в то же время частенько делают все, чтобы он двигался поменьше: перекутывают, надевают неудобную обувь с негнущейся подошвой, подолгу держат в кроватке или манеже, а на улице сплошь и рядом возят в коляске, не давая самому ребенку - даже летом! - и шагу лишнего ступить. Спокойный малыш радует: "Никаких с ним хлопот!" Подвижный же считается бедствием: "И минуты не даст посидеть!" При этом естественная потребность ребенка в активном движении не только не удовлетворяется, не развивается, но, наоборот, как бы притупляется, сходит на нет. К тому же почему-то на первом году жизни следят главным образом лишь за ростом и весом и только по ним судят об уровне физического развития ребенка. И совсем не обращают внимания на крепость его мышц, на подвижность, ловкость, координацию движений. Когда позже, уже в школе, обнаруживается плоскостопие, искривление позвоночника, общая мышечная слабость, ожирение, слабое сердце и другие неприятности - вот тогда родители начинают беспокоиться: что делать, если сынишка не любит физкультуру? Как быть, если он такой неловкий?

А начало всем этим неприятностям закладывается, оказывается, в том самом возрасте, когда еще никто и не думает о

них: ни мать, ни отец. С рождения ребенка. Более того, еще до его появления на свет.

Гимнастика до рождения

Ну какое, например, может иметь значение, много ли шевелится малыш у мамы до рождения или мало? Мы тоже не придавали значения этой "детали" и просто удивлялись, почему это наши ребята, еще не родившись, толкаются так сильно и так часто. Думали: такие уж они у нас сами шустрые. А то, что семья большая, что надо и приготовить, и обшить, и обстирать, что работы у матери дома невпроворот - одни полы держать в чистоте чего стоит, - тут мы никакой связи не предполагали.

А связь, оказывается, не только тесная, но и прямая. Если мать постоянно занимается физической работой, много и энергично двигается, то у нее снижается насыщенность крови кислородом. Она, естественно, начинает усиленно дышать, а сердце ее чаще биться. А что делать ребенку, ведь и он ощущает нехватку кислорода! Тогда он начинает "брыкаться", шевелиться, его сердечко бьется чаще, и это сразу увеличивает количество крови, которое поступает к нему от матери. И кислорода добыто сколько ему требуется.

Точно такая же картина получается, если в крови матери снизится содержание питательных веществ (это когда мать хочет есть). Ребеночек и тут начинает двигаться и тем самым "добывает себе хлеб насущный". Исследователями было подсчитано, что - подумать только! - через 1,5-2 часа после обеда он делает только 4 шевеления в час, а если мать не ела 10 часов, то 50-90. Разница громадная - в 20-30 раз! И при этом, как при всякой тренировке, происходит развитие, совершенствование и укрепление его мышц, сердца и всего организма.

Оказывается, советовать женщине, ожидающей ребенка. "есть за двоих" и почаще отдыхать - значит оказывать ей медвежью услугу. При избытке еды и малоподвижном образе жизни матери младенец слабо шевелится и, значит, "не тренируется". И родится на свет физиологически незрелым.

По данным лаборатории профессора И. А. Аршавского, количество физиологически незрелых новорожденных растет из года в год. Мы избежали этой опасности случайно (если и не полностью, то, во всяком случае, значительно) - жили в доме без всяких коммунальных удобств и домашним хозяйством

занимались сами, маме приходилось волей-неволей много двигаться. Заодно "тренировались" и малыши еще задолго до рождения.

Без специальных занятий

Но вот новорожденный уже дома. Когда же и как начинать его физическое развитие, если к нему и прикоснуться-то страшно в первые дни? О том, что младенец намного крепче, чем это принято считать, мы узнавали постепенно. Оказалось, что немалую роль в развитии мышц играет... легкая одежда. Шутка ли, пока малыш не спит, он голенький или в одной распашонке. Ему прохладно, и, чтобы больше вырабатывалось тепла, у него сильно напружинены все мышцы. Врачи называют это "гипертонией мышц новорожденных". А стоит завернуть его теплее, как этот тонус сразу снижается, мышцы расслабляются. Значит, в первый же месяц благодаря прохладе тренируется и мускулатура.

Но с первых же дней мы начинали заниматься и физкультурой. И первым "тренером" у нас в семье всегда становилась мама. Это и понятно. Никто с малышом так много не возится и так тонко его не чувствует, как мать, И поэтому она точнее всех может определить и его возможности, и его желания. Но я с самого начала старался помогать ей во всем и постепенно брал на себя все больше и больше "тренерских обязанностей". Я был не только тренером, но придумывал и делал спортивные сооружения в доме и во дворе, судил семейные соревнования и сам в них участвовал, а иногда даже превращался - для самых маленьких! - в "спортснаряд" и целый "спорткомплекс". Я же вел подробнейшие таблицы результатов физического развития наших детей с самого рождения и записывал в дневниках все их достижения. каждый шаг вперед. Короче говоря, у нас в семье физическое воспитание в основном моя забота. Но мы поддерживаем друг друга и радуемся открытиям и находкам каждого.

Однажды мама, например, заметила, что если с малышом энергичнее обращаться, то он как бы в ответ при этом напружинивается, напрягая мышцы. И наоборот, если перекладывать его с руки на руку или перевертывать очень мягко, нерешительно, его тельце остается расслабленным и вялым. Глядя на маму, и я смелее стал браться за младенца и чувствовал,

как с каждым днем крепнет малыш - ведь брать его и переворачивать приходится десятки раз за день, никакая специальная зарядка не сравнится с этим упражнением по продолжительности и частоте, по напряжению всех групп мышц. И специального времени на занятия отводить не надо. Нужно только проследить, чтобы энергичное обращение не превратилось в грубоватое, резкое, неприятное для малыша и окружающих.

Еще не зная о существовании многих врожденных двигательных рефлексов, мы заметили, что младенец в некоторые моменты (особенно перед кормлением) крепко хватается за пальцы взрослого. И это буквально с первых дней и недель жизни. Затем, к своему удивлению, мы обнаружили, что он с самого начала может даже висеть, ухватившись за пальцы папы или мамы.

Начинали мы с того, что просовывали в сжатые кулачки новорожденного по пальцу и тянули его к себе, пока он не сядет. Посадим, а потом положим, посадим и снова положим. Это не доставляло неприятностей малышу, хотя он еще плохо держал головку и она у него отклонялась назад. А мы, радуясь за него, становились смелее. Месяцам к двум малыш уже вставал, держась за наши пальцы, при этом - очень важный момент - мы хорошо чувствовали, насколько он крепко держится. Обычно рекомендуют давать ребенку колечки и тянуть за них, чтобы малыш крепче хватался, но кольца, мне кажется, небезопасны: не чувствуешь ведь, насколько прочно держится за них ребенок. А пальцы сразу ощущают это, и, как только ручки ребенка начинали слабеть (через 5-10 секунд, а потом и больше), можно сразу осторожно положить младенца. Так легко определить возможности ребенка, и дать ему оптимальную нагрузку каждый раз, когда он берется за пальцы взрослого.

Так же случайно мы обнаружили, что если положить малыша головкой себе на плечо и одной рукой держать его у груди, а другую подставить ему под пяточки, то он моментально упрется ножками в ладонь. Оказывается, это срабатывал "опорный рефлекс", и малыш выпрямлял и напрягал ножки настолько, что держал на них уже весь свой вес. Мы тогда еще не отдавали себе отчета в том, что, действуя так, развиваем у младенца природные рефлексы, превращая каждое прикосновение к нему в непрерывную и действенную гимнастику.

Ну-ка прыг из кроватки!

С трех месяцев, когда малыш уже стал сам крепко хвататься за пальцы взрослых и уверенно висеть на них (Ваня, например, однажды перед "обедом" провисел... 43 секунды), я ввел в обиход еще одно "упражнение": перестал брать из кроватки малыша под мышки, а вместо этого протягивал ему руки так, чтобы малышу удобно было ухватиться за большие пальцы. Это было сигналом: "Берись покрепче!" Малыш хватался двумя ручонками сразу, и я вынимал его из кроватки. Для подстраховки я иногда охватывал остальными четырьмя пальцами ручку малыша. Получалась "двойная прочность" хвата.

Л. А.: Хочу заметить, что я таким "цирковым способом" (по определению бабушки) пользовалась очень редко, предпочитая брать малыша, как обычно, под мышки. Почему? Мне казался этот способ грубоватым для женщины, несвойственным ей. Зато я радовалась тому, что и отцу и малышке эти "трюки" доставляют сплошное удовольствие и обоим приносят несомненную пользу. Отец проявлял все больше интереса к младенцу и находил свои язык общения с малышом. А младенцу этот "мужской" язык тоже был необходим для предотвращения изнеженности и несмелости, этих неизбежных последствий нашего женского, в основном все-таки оберегающего воспитания. Осознали мы все это не сразу, конечно, но интуитивно чувствовали, что такое разное отношение к малышу ему не повредит, и не мешали друг другу делать так, как каждому было приятнее. Правда, бывало, что я относилась к очередному отцовскому "изобретению" скептически (не чересчур ли?), или он подтрунивал над моими "маменькиными нежностями", но до конфликта дело не доходило: мы же видели, что малышу и с папой и с мамой хорошо. А это было для нас главным.

Б. П.: После того как был освоен необычный способ вынимания из кроватки, я придумал новый: протягивал теперь малышу только одну руку (чаще левую) и давал ему указательный палец и мизинец, а остальные пригибал к ладони. При этом вторая рука могла подстраховывать ребенка. Это "упражнение" со временем превратилось в настоящий "цирковой номер". Малыш сначала становился на ножки в кроватке, а потом, чуть присев, подпрыгивал вверх. Его ножки и моя рука действовали синхронно, наши усилия сливались, превращаясь в легкий стремительный взлет. Казалось, что крошка ребенок сам выпрыгивает из кроватки ко мне на руки. Это впечатление легкости прыжка и дало бабушке повод назвать его "цирковым". Он у нас очень прижился, и малыши с удовольствием пользовались им до пяти-шестилетнего возраста - я только так и

брал их к себе на руки.

А теперь подсчитайте, сколько раз за день приходится вынимать из кроватки трех-пятимесячного ребенка и возвращать его назад? Десять-пятнадцать-двадцать раз! Обычно эта "работа" только для взрослого, а у нас получалась опять-таки эффективная тренировка младенца: ведь он и напрягался весь, развивая мышцы не только рук, но и спины, и живота, и груди.

Малышу очень нравится такой способ обращения, его руки быстро крепнут, но вот "беда" - он все чаще просит дать ему пальцы, ему так хочется снова и снова схватиться за них, посидеть, постоять - это так интересно, так бы, кажется, и прыгал целый день. Но... как быть нам, взрослым? И я придумал себе замену: прикрепил деревянную палочку в кроватке так, чтобы малыш, лежа, мог до нее дотянуться. Так в три месяца наша дочурка получила в подарок "турничок" - первый спортивный снаряд, предназначенный специально для нее. Такую же деревянную перекладинку я сделал ей и в коляску. Сначала мы немного помогали малышке нащупать палочку, подставляли ладонь к ножкам, чтобы она могла упереться, помогали сесть и встать. Зато после этого сидеть и стоять она могла сколько хотела. Особое удовольствие доставляло ей (а потом и всем остальным ребятишкам) придуманное ею упражнение стоя, дергать палочку так, что коляска начинала "ходить ходуном". Сколько радости это доставляло малышу! Но сколько же было кругом различных страхов и волнений? "Ну где это видано - трехмесячному стоять, да еще так раскачиваться, ведь ножки-то слабые - искривятся" - так говорили многие, не замечая, что ножкам помогают и ручки, и спинка ребенка, что его вес распределяется на все мышцы тела. А это оказалось не только не страшным, но, наоборот, способствовало правильному развитию скелетно-мышечной системы. У всех наших детей руки и ноги рано становились не только крепкими, сильными, но и прямыми, стройными.

Зачем ползать?

Но вот кроватка уже освоена вдоль и поперек. И на полу, на мягком матраце, застеленном большой простыней, совершаются первые попытки освоить новое пространство - малыш начинает ползать. Мы очень скоро - как только он сам сумеет - разрешали ему переползти с матраца на пол и "путешествовать" по всему

дому. Это "освобождение" оказывалось очень полезным для развития движений. Прежде всего это громадные (для него!) расстояния, которые надо преодолевать, если хочешь добраться в кухню к маме или к папе в мастерскую, - какая большая работа и рукам, и ногам, да и сердечку тоже, разве сравнить их с микроперемещениями в кроватке. А эти двери, у которых ручки почему-то на недосягаемой высоте, никак не хотят открываться, сколько ни прилагаешь усилий. А эти чьи-то большие ноги, шагающие мимо или стоящие на пути, - можно ли за них уцепиться? И все предметы, которые сделаны будто для великанов. Сколько ни хватайся за мяч, а взять его не удается - ручонка соскальзывает, сколько ни толкай этот стул с дороги, он ни с места. Трудно маленькому человеку в такой новой, незнакомой, непонятной обстановке. Однако эти трудности, видимо, и есть самый могучий двигатель развития, а если рядом папа, или мама, или братишки с сестренками, которые поддержат настроение в случае неудачи, малыш с удивительным упорством и невероятной для такого возраста настойчивостью пытается их преодолевать.

Чтобы ребенок учился становиться на ноги, мы приносили каркас от старой раскладушки и ставили его в середине комнаты на коврик или матрасик. Держась за трубки каркаса (как за турничок в кроватке), можно подниматься и топать вокруг, не отпуская спасительную опору из рук. Это второй "спортснаряд", который осваивал наш малыш, а дальше - месяцев с восьми - дело доходило и до настоящих спортивных снарядов, которые находились тут же, в комнате (кольца, перекладина, канат с боксерской грушей внизу, лесенка, горизонтальный канат через всю спортивную комнату и пр.). Мы только опускали их на доступную для малыша высоту да иногда помогали поймать ускользающее кольцо.

В этой обстановке да еще в обществе старших братьев и сестер наши "ползунки" быстро осваивались и начинали свободно перемещаться по всему дому.

Естественно, что младшие попадали в лучшие условия по сравнению с первыми: прибавлялся опыт у нас, появлялись все новые спортснаряды, у каждого из младших было больше "учителей" - старшие братья и сестры. Это сказывалось на развитии детишек очень заметно и отразилось на способах их ползания. Получилась даже своеобразная "диаграмма": первый сын применял обычный прием ползания - опирался на пол "шестью точками": руками, коленками и пальцами ног. Второй умудрялся ползать только на одном левом колене, а другую ногу ставил на стопу, то есть ходил "на пятереньках", а остальные

очень быстро переключались "на четвереньки", то есть не только ходили, но и бегали, не касаясь пола коленями. Если сравнить все эти способы ползания, то даже неискушенному будет очевидно, что последний из них куда совершеннее других - он позволяет передвигаться намного быстрее, но он требует и большей ловкости, силы, выносливости. Этим способом может пользоваться только подвижный, крепкий ребенок с хорошей координацией движений и умением надежно и быстро ориентироваться в пространстве.

Считается, что ползание, в общем-то, необязательная фаза в развитии движений ребенка. Есть детишки, которые обходятся без нее, и ничего, ходят не хуже других. Возможно. Но ведь бывают случаи, когда в играх, в спортивных упражнениях нужно быстро и долго ползти. Непривычному это намного труднее: ведь тут используются другие группы мышц. Кроме того, во время ползания развиваются и крепнут руки. В общем, это хорошая гимнастика для всесторонней тренировки ребенка и прекрасная подготовка к будущей ходьбе.

Учимся ходить и падать

Первые шаги, сколько радости они доставляют всем: и ребенку и взрослым! И сколько тревоги... Особенно побаиваются бабушки и мамы: а вдруг упадет? В мягкой кроватке это не так страшно, а если на твердом полу? И помогают. Учат ходить так, чтобы малыш не падал: держат за ручки, за воротник пальто, за шарф, сажают в специальные ходунки или надевают что-то вроде сбруи. И так до тех пор, пока ребенок не научится ходить.

Кому от этого хорошо? Конечно, прежде всего взрослым так спокойнее. А малышу? Ему от такой "помощи" пользы мало. Ведь движения его скованны, он не чувствует своих возможностей, не узнает опасностей и совсем не учится... падать. "А разве этому нужно учиться?" - спросите вы. Обязательно! Потому что бабушка и мама будут рядом не всегда, а в любой беготне, подвижной игре, спорте сплошь и рядом бывают ситуации, когда падения не избежать. Значит, сильный ушиб, травма может быть там, где умеющий падать отделается только легким испугом, а то и вовсе такой мелочи не заметит.

Спортсменов, особенно самбистов, акробатов, гимнастов, фигуристов, парашютистов, даже специально учат падать: группироваться, напрягать мышцы, смягчать удар

спружиненными ногами, руками, перекатом. Но вот что интересно: всеми этими приемами куда легче, чем взрослые, и без всякого специального обучения овладевают дети в первые годы жизни, если, конечно, им позволят.

Много раз, видя, как виртуозно умеют падать наши ребята, как хорошо владеют своим телом, мы пытались вспомнить: а с чего же это начиналось? Ведь мы их этому специально не учили...

Но и не мешали им - вот в чем дело! Очень рано пуская их ползать по полу, позволяя им путешествовать по всем комнатам самостоятельно, мы не могли запретить малышу находить какую-нибудь опору, вставать с пола, а потом... и падать. Такие попытки встать, держась за что-нибудь, дети предпринимали десятки, даже сотни раз. И многие из этих попыток кончаются неудачей - падением. С самого начала у наших ребятишек это получалось очень ловко и даже немного потешно. Качнувшись назад, малыш легко складывался (точь-в-точь как перочинный ножик) и садился мягким местом на пол, а качнувшись вперед, выставлял ручки и становился на четвереньки. Когда ручонки сильные, они спружинят, и ни лоб, ни нос до пола не достанут. Чаще всего он при этом не успевал даже испугаться и продолжал путешествие как ни в чем не бывало. Ни мы, ни малыш этим падениям не придавали никакого значения и не опасались их. Только однажды мы серьезно испугались.

Девятимесячного Алешу пришлось как-то оставить на целый день у бабушки. А возвратившись домой вечером, без всяких предосторожностей, как всегда, я оставил его на полу посредине комнаты. И тут увидел совершенно необычную картину. Алеша сделал несколько шагов, остановился, качнулся назад и стал падать. Но падал он как-то странно, выпрямившись и закинув голову назад, и поэтому сильно стукнулся головой об пол. В чем дело? Я не мог понять, куда девалось его умение падать.

"Секрет" раскрылся на следующее утро, когда к нам пришла бабушка. Оказывается, она, боясь, что начинающий ходить Алеша может упасть, ходила весь день за ним следом и придерживала его затылок рукой. Чуть малыш качнется назад, а тут бабушкина рука, он затылком на нее опирался. Одного дня оказалось достаточно, чтобы Алеша заменил свой способ защиты от ушибов на бабушкин. А в результате шишка на затылке. Этот случай еще раз убедил нас в том, что от такой "помощи" лучше воздержаться.

Много раз потом нам приходилось радоваться тому, что наши ребята в критические моменты (споткнулся, поскользнулся, не удержал равновесия и т. д.) выходили из положения удивительно легко. Вот только один пример.

Мы с двумя дочками быстро бежим по асфальтированной

улице. Смеркается, мы торопимся доставить домой только что купленное мороженое. Младшая бежит, держась за мой палец, а шестилетняя Аня на несколько шагов впереди. У каждого бегуна в руке эскимо. Бегут изо всех сил: мороженое-то тает. И вдруг Анюта на всем бегу споткнулась. Я к ней: ох и разобьет лицо об асфальт! Но она - падая! - успела изогнуться дугой, как конь-качалка, и перекатилась с коленей на живот, потом на грудь, а в то же время выставленная вперед свободная рука, как пружина, гасила инерцию тела. Тут же вскочив, она победно показала эскимо: вот, мол, целехонько! Я-то боялся, что Аня сильно разобьет лицо, а она, оказывается, тревожилась за судьбу мороженого. У нее даже нос в пыли не успел испачкаться.

И все-таки мы помогали малышам учиться ходить. Не только тем, что пускали их в спортивную комнату, где можно было найти много всяких опор и топтаться вокруг них, мы еще давали малышу два своих пальца. Вначале эти пальцы были твердые, надежные, ребенок цепко держался и ходил со мной, мамой или старшими братишками и сестренками по всему дому. Но через несколько дней, когда ребенок начинал топать довольно уверенно, один из этих пальцев вдруг становился ненадежным, начинал качаться, двигаться, куда его ни потянешь, и уж никак не мог служить хорошей опорой.

Малышу приходилось поддерживать равновесие лишь одной рукой, держась только за "твердый" палец и бросив другой совсем, потому что толку от него было мало. А через некоторое время и вторая рука становилась все менее и менее надежной. Поневоле малышу все больше приходилось рассчитывать на свои силы, и он постепенно начинал ходить самостоятельно.

Бывало так, что малыш вполне мог бы уже обходиться и без опоры, но никак не решался сделать первый шаг, даже один и то побаивается. Так у нас было с самым старшим.

- А вы дайте ему что-нибудь в руки, - посоветовала - бабушка, - он отвлечется и перестанет пугаться.

Я протянул сынишке листок бумаги. Он взял его свободной рукой, а другой держался за мамин палец. Листок сразу заинтересовал его, и, забывшись, он взялся за него обеими ручками. В первый раз он простоял так с минуту! А уж дальше легко. Одной из дочек такой же кусочек бумаги помог сделать первые шаги: она шла... держась за бумажку, как за опору. А шла сама.

Мы и позже не водили детей за руку, как обычно принято, а, наоборот, они сами держались, если им хотелось, за мои или мамины пальцы. При этом его ручонки постепенно тренировались и крепли настолько, что, даже споткнувшись, он повисал на

пальце и не падал. А для взрослого это удобно, так как палец удивительно тонко чувствует, крепко ли держится ребенок, насколько уверенно он уже ходит, можно ли идти с ним быстрее, или он устал и надо несколько шагов пройти спокойнее, или даже посадить его на плечи.

"Всадники" и "кони"

Малыши, известно, любят кататься на папиных плечах верхом, но из меня всегда получается "норовистый конь", который не терпит, чтобы на нем сидели мешком, зато любит "всадников" сильных, ловких, смелых. Держа малыша за ноги, я наклоняюсь то вперед, то назад, то вбок, пытаясь "сбросить седока". И маленькому наезднику приходится, обхвативши мою голову или вцепившись в "гриву", постоянно удерживать вертикальное положение. А это совсем нелегко, потому что "конь" к тому же еще и скачет, подпрыгивает и даже может присесть.

Как крепко держатся маленькие ручки, как напрягается животик! Я говорю одобрительно: "Ну и всадник крепкий попался! Никак его не сбросишь. А что, если одно стремя оторвется?" - и отпускаю одну ножку. Малыш мгновенно стискивает мою шею обеими ногами и еще крепче хватается за "гриву". Не поймешь: то ли это игра, то ли физкультура, зато обоим весело, и нагрузка порядочная и для "коня", и для "всадника".

Когда же малыш начнет седлать четвероногую мебель, тут сначала приходится держать ухо востро. Табуретки и стулья тоже могут проявлять "норов" и сбрасывать неумелого седока на пол, особенно если малыш карабкается со стороны спинки стула. Что делать? Первое, почти инстинктивное желание - подержать стул, чтобы он стоял крепко. Чаще всего так и поступают и при этом не только стул держат, но и ребенку помогают влезать. Малыш тут в безопасности, так как рядом взрослые. А если он полезет без них? Бояться ему не надо, ведь стул раньше стоял так крепко. Он и лезет без всякой опаски и - трах-тарарах! - летит на пол, а стул на него. Значит, не спускать с него глаз?

Нет, мы делали иначе. Когда малыш только приступает к "обузданию" самых разных мебельных "коней", мы обязательно продемонстрируем их "коварство": не удерживаем их, а, наоборот, незаметно "поможем" им наклониться на малыша, чтобы тот почувствовал сам неустойчивость стула или табуретки. Тогда он прижимается к "коню" как можно ближе, лезет очень осторожно и

тотчас сползает вниз, если заметит, что "конь" наклоняется. Так мы знакомим малыша со всей "коварной" мебелью, на которую он уже в силах забраться, но сами не ставим его на стулья и не поднимаем туда, куда он сам не заберется.

Ребенок делает только то, что сам может, - этого принципа мы придерживаемся всегда, в том числе и во время знакомства со спортивными снарядами. Даже на качели мы никого не сажаем и не раскачиваем - каждый должен научиться этому сам. Для него это и полезнее (развивается), и интереснее ("Ура, я сам могу!"), и... безопаснее (ведь он становится осторожнее!). А для мамы и бабушки облегчение, потому что постоянная утомительная опека становится просто не нужна. Самостоятельность не только делает малыша сильнее, смелее, сообразительнее, инициативнее, но и очень заметно облегчает жизнь взрослых, если, конечно, им нужно в ребенке не только сплошное послушание...

Движение - всему начало

Создавая малышам условия для разнообразных движений и позволяя им двигаться сколько они захотят, мы и не подозревали, что тем самым не только развивали мышцы детей, но и укрепляли их внутренние органы. Мы узнали, что развитие скелетно-мышечной системы ребенка, достигающее высокого совершенства, оказывается, "вытягивает" (ученые говорят: коррелятивно вызывает) развитие всех других органов и систем организма. Если ребенок побежал, то у него, естественно, учащается пульс, он начинает глубоко и часто дышать, потому что мышцы в беге выполняют большую работу, а обслуживающие их сердце, легкие и другие системы должны естественно увеличить свою производительность, повысить свою мощность. Значит, ребенок, много двигающийся, хорошо развитый физически, обязательно имеет и крепкие внутренние органы. Получается, чтобы ребенок был здоров, надо как можно лучше развить его физически.

Кроме того, активная физическая деятельность способствует и... умственному развитию малышей. Ученые США провели такой интересный эксперимент.

Шесть храбрых мам согласились учить своих новорожденных ребятишек ходить. Они "ставили" их на стол, а фактически просто держали их под мышки и шли тихонько вдоль стола так, чтобы малыши сначала только касались стола ступнями ног, но этого

было достаточно, чтобы работал "шаговый рефлекс" и ножки переступали по столу. Головка ребенка при этом была опущена на грудь, это "ходьбе" не мешало. Упражнения сначала длились всего по одной минуте трижды в день. Вскоре малыши уже начали хорошо переступать ногами, и матерям не нужно было держать их на руках, они лишь помогали детям сохранять вертикальное положение.

В результате малыши начали ходить самостоятельно в шесть-семь месяцев, а их контрольные сверстники, лежавшие в это время запеленатыми в кроватках, только в двенадцать, как полагается всем "нормальным" детям. Но удивило ученых не столько их раннее овладение ходьбой, сколько другое обстоятельство - эти шестеро малышей сильно обгоняли сверстников и в умственном развитии.

Теперь известно, что можно успешно использовать плавательный рефлекс новорожденных н научить плавать детишек первых месяцев жизни. И опять внушительные статистические данные: более шестисот детей, научившихся плавать раньше, чем ходить, превышали по умственному развитию детей, не обучавшихся плаванию в столь раннем возрасте.

Таким образом, если не заставлять малыша в первые месяцы жизни лежать завернутым в кроватке, если не ждать, пока исчезнут (это происходит примерно через три месяца) врожденные рефлексы, а попытаться их использовать н развить, тогда малыш будет успешно развиваться не только физически, но - и умственно. Видимо, при овладении ходьбой, плаванием и "гимнастикой" совершенствуются не только соответствующие отделы мозга, но и все другие.

Может быть, в этом возрасте овладение движениями и есть один из главных видов умственной работы малышей?!

Малыш и те, кто с ним рядом

Б. П.: В начале своего родительского пути мы даже и предположить не могли, что первый год человека - это год запуска всех его возможностей к развитию всех способностей - как бы стартовая площадка будущей жизни человека. Не преувеличение ли это? Ведь речь идет всего-навсего о первом годе жизни малыша. Нет, не преувеличение! Теперь-то мы твердо знаем: развитие способностей ребенка, даже его характера, во

многом зависит от того, что он узнает на первом году жизни, как он это делает и какой способ общения с ним избирают взрослые. В это трудно поверить, но как много еще здесь невыясненного, неожиданного по своим результатам!

На руках или в кроватке?

Казалось бы, простой вопрос: надо ли носить малыша на руках или он должен лежать больше в кроватке? Большинство скажет: приучать к рукам нельзя - ребенок "руки свяжет". Видимо, это так и есть, если носить ребенка на руках и заниматься только им, всячески развлекая и ублажая его. А мы, признаемся, с самого первого месяца брали детишек на руки часто. Мама при этом даже домашней работы не прекращала - приспосабливалась: то прислонит его к плечу, поддерживая спинку, то положит животиком к себе на колени, то просто держит, как держат обычно, только одной рукой (другая нужна для разных дел).

Все это без какого-то специального умысла: просто она чувствовала, что малышу лучше с ней. Не удобнее (какой уж тут комфорт, если одной рукой его тискаешь, а другой кашу метаешь, или дрова подкладываешь, или книгу перелистываешь), а спокойнее (мама рядом) и интереснее: он вертит головой, с любопытством глядит кругом. В поле его зрения то окно, то пестрая посуда, то разноцветная ткань, то раскрытая книга или шуршащая газета - да мало ли что! А тут еще и говоришь с ним, называешь разные предметы, с которыми имеешь дело: "Сейчас достанем ложки, чашки, хлеб... а что там на полочке?" и т. д.

Важно это или не важно? Мы этого не знали, но часто носили на руках малышей. Мы заметили даже, что после таких "прогулок" ребенок и в кроватке играл охотнее и дольше, как будто бы на какое-то время заряжался впечатлениями. И тогда мы совсем перестали опасаться, что он привыкнет к рукам.

Когда появляются собственные дети, волей-неволей начинаешь больше наблюдать за детишками на улице, исподволь даже сравнивать своих с другими. Может быть, потому мы обратили как-то внимание (понаблюдайте сами - проверьте!) вот на что: у некоторых малышей в коляске взгляд равнодушный, ленивый, какой-то тусклый, как у утомленных жизнью старичков. Они не смотрят по сторонам, не удивляются ничему и не радуются, сытые, малоподвижные, нелюбопытные.

Нас это удивило: мы не видели такого у своих ребят, которым

все всегда было интересно. В чем дело? Может быть, здесь сказываются какие-то врожденные особенности психики? На этот вопрос мы ответить не могли. А потом как-то прочитали вот что.

Африканские матери носят обычно новорожденных за спиной. Ребенок постоянно при матери: во время ходьбы, любой работы, на праздниках, ночью и днем. То, что видит она, видит и он - какая смена впечатлений! Да еще и постоянное чувство защищенности, физической близости к матери. И что же? Африканские двухлетние малыши по интеллектуальному развитию намного обгоняют своих "кроватных" европейских сверстников из цивилизованного общества. Потом, конечно, может произойти отставание - так на ребенке сказывается уровень развития общества.

В последнее время психологи экспериментально доказали, что в первые месяцы жизни малыш очень много получает от простого рассматривания окружающих его предметов. Даже обычное поворачивание малыша на бочок или укладывание его на животик позволяют ему сразу видеть многое из того, что происходит вокруг. А при этом он и голову начинает держать раньше, то есть крепнет физически.

Вот к каким удивительным открытиям привело размышление над простым вопросом: стоит ли носить ребенка на руках или держать его в кроватке и возить в коляске, загородив от всего белого света, оставив для обозрения только кусочек неба да мамино лицо, которое частенько и обращено-то не к нему, а к книжке или... к другой маме с коляской.

Внимание: опасность!

Малыш растет. Вот он уже садится, сам встает, ползает, делает первый шаг. Обычно его в это время держат - для безопасности! - в кроватке, в манеже, в защищенном уголке комнаты. А мы, верные своему принципу предоставлять детям как можно большую свободу и поле деятельности, пускаем своих ползунков путешествовать по всему дому, позволяем пощупать мир своими руками. Но сколько опасностей подстерегает маленького человека на его пути! Чуть не досмотрел - и стукнулся лбом об удивительно неприятный угол ножки стола или стула, едва потянул к себе маленькую скамеечку, а она упала прямо на пальчики другой руки. Вещи бесчувственны и совершенно беспощадны - не прощают ни одной ошибки, ни

одного промаха - наказывают, и иногда так больно. Как быть? Ходить за "путешественником" целый день по пятам? Убрать все опасные предметы? Загородить каждый острый угол подушкой? Нет, мы сделали по-другому. Мы стали знакомить малыша с опасностью, чтобы он сам становился осторожным.

Мы уже рассказали о том, как малыш постигал "коварство" разной мебели. Так мы делали и с остальными вещами. Оставляли, например, в доступных для малыша местах разные предметы и игрушки, чтобы он мог брать их, пробовать на вкус, на зуб, на стук - словом, исследовать всеми ему доступными средствами. Среди разных безопасных предметов "попадались" (опять-таки с нашей помощью) и вещи с "сюрпризами".

Вот высоко на столе стоит кружка, которая оставлена здесь как бы невзначай. Она уже знакома десятимесячной дочке, бывала у нее в руках с молоком или чаем. Малышка без опасения тянет кружку к себе - и какая неприятность: из кружки выплеснулась вода прямо на трусики - сплошное огорчение! Но и польза: после двух-трех таких сюрпризов она не тянет уже со стола не только кружку, но и другие предметы.

Так, обязательно в нашем присутствии, мы давали возможность познакомиться малышам с иголками, булавками, ножницами... Допустим, мама шьет, а малыш сидит на высоком стульчике рядом с нею, перебирает разные лоскутки, катушки, пуговицы, среди которых на первых порах мелких нет, но вот иголка (не без маминой помощи) может и попасться. А иногда мама даже специально кладет блестящую булавку на видном месте. Малыш, конечно, тянется к ней, вот-вот возьмет.

- А! А! - говорит мама (это сигнал, предупреждающий об опасности). - Острая, больно будет!

Булавку он все-таки взял, хотя и с некоторым опасением. А мама берет его руку, повторяя:

- Больно! Острая! - И тихонько укалывает кончиком булавки его пальчик. - А! А!

Малыш морщится, ему немножко и в самом деле больно, он опасливо отдергивает руку. А через два-три таких "урока" сам показывает на кончик иголки или булавки и говорит озабоченно: "А! А!"

А как привлекателен для малышей огонь! Они готовы схватить руками пламя спички, раскаленный уголек - ведь это так красиво! А сверкающий никелем чайник, утюг - ну как к ним не потянуться!

Спрятать? Тогда они станут еще более притягательными: запретный плод сладок. И мы разрешаем схватить, прикоснуться - так, чтобы это было неопасно, но чувствительно. И всегда

предупреждаем: "А! Больно будет, горячо!" Но после этого ничего не прячем: попробуй сам, так ли это. Зато спустя некоторое время достаточно сказать: "А! Больно будет!", и малыш уже верит на слово, может даже заплакать от огорчения. А самое главное, он сам становится все осторожнее и внимательнее. А это куда более надежная защита от всяческих опасностей, чем самая тщательная опека взрослых.

Недаром, видно, говорят индусы: "Умные родители иногда позволяют детям обжигать пальцы".

Мир познается самостоятельно

С остальным - безопасным - миром малыш знакомится сам, мы не торопимся бежать на помощь, если он может до чего-то додуматься сам, не прерываем его занятий, если он чем-то увлечен. Нас нередко удивляла способность малышей, даже таких крошечных, к длительной сосредоточенной деятельности.

Вот запись мамы в дневнике: "Сегодня Оле исполнилось одиннадцать месяцев, и она удивила меня своими исследовательскими способностями. Я стирала на низенькой скамеечке, а она больше часа стояла рядом и производила разные операции с пузырьками и огрызком карандаша: то пускала карандаш плавать, то выуживала им пузырьки и наблюдала, как они лопались, то делала речки из лужиц на полу... Время от времени мне только нужно было посмотреть и удивиться: "Ну и чудеса! Вот так Оля!" - и она снова продолжала играть, делая какие-то свои очень важные открытия и делясь со мною своею радостью. Я успела все, что надо, перестирать, а для дочки это время тоже не пропало даром".

Позже мы поняли, что детям как раз и нужно не внимание-опека, а внимание-интерес. И чем дальше, тем нужнее.

Американские психологи обратили внимание на то, что разница в уровне развития, еще незаметная в десятимесячном возрасте, быстро растет и к школе становится огромной: одни дети развиты, понятливы, сообразительны, легко учатся, а другие никак не поймут, что от них требует учитель.

Что же делают с детьми родители, и в первую очередь матери, если к школе дети становятся столь разными? Психологи составили программу наблюдений и послали исследователей в семьи с десятимесячными малышами. Оказалось, что одни матери (и таких большинство) добросовестно и усиленно опекают

и охраняют своих младенцев и держат их в кроватках или в манежах, окружая пестрыми и безопасными игрушками. В этих условиях мать спокойно занималась своими делами, не опасаясь, что ребенок ушибется, что-то возьмет или испортит. Зато ребенок находился в положении узника - то же скудное общение с людьми, та же узость деятельности.

А вот несколько матерей отважились пустить детишек самостоятельно ползать по всей квартире. При этом они не оставляли домашних дел, не развлекали своих малышей, но никогда не отказывали им в "консультации" и помощи в случае необходимости. Малыш получал огромное "поле для исследования" и массу предметов с самыми разными свойствами. А вместе с тем он имел неизмеримо больше возможностей общаться с матерью, которая могла позвать его к себе, дать совет, могла похвалить за какие-нибудь успехи, поддержать в трудном случае, поговорить с ним или просто улыбнуться для поддержания настроения. Таким образом, ребенок здесь был свободным исследователем и имел постоянно мудрого и доброжелательного консультанта. Ученые были поражены, насколько быстро развивались такие дети по сравнению со своими сверстниками, сидящими в манеже. Они и в дальнейшем намного обгоняли бывших "узников" в развитии.

Мы не знали об этих экспериментах американских ученых и в своих действиях руководствовались не столько педагогическими соображениями, сколько простой необходимостью. Нашему первому сыну было всего пять месяцев, когда мы построили себе дом и перешли в него жить. Надо было утеплять и оборудовать дом, каждый день готовить дрова, уголь и топить печь, носить из колонки воду. Правда, я тогда работал учителем труда в школе и был занят утром, а мама заведовала библиотекой и работала в основном вечерами, так что кто-то из взрослых был обычно дома. Но работы в доме было столько, что специально сынишкой заниматься было совсем некогда. Зато в каждой работе нам неизменно "помогал" Алеша. Пока мама мыла посуду, он мог перебрать в своей коляске чуть ли не всю кухонную утварь. Когда ему это надоедало, мама умудрялась, держа его на левой руке, все делать в кухне одной правой. Но мне-то для работы нужны были обе руки, потому что ни молотком, ни рубанком, ни пилой одной рукой много не наработаешь. И вот я ставил коляску с малышом поближе к мастерской, и мы оба принимались за дело: я забивал молотком гвозди - сын стучал кубиком по кубику. Я орудовал отверткой или плоскогубцами - сын перебирал моточки разноцветных проводов. К нашей радости, Алеша с шести месяцев уже с удовольствием ползал, а в восемь с половиной начал

ходить. С тех пор я использовал его "мобильность" полностью - пускал сына сразу на пол. Его ожидали там разные игрушки и строительные материалы, коробки, из которых можно было что-то доставать или укладывать много-много кубиков или кирпичиков; ведерко, полное самых маленьких мячиков, которое можно схватить одной рукой и доставать их оттуда один за другим или, наоборот, бросать туда и заглядывать внутрь, где же этот мячик там лежит. Этих занятий хватало на полчаса, а потом Алеша приползал ко мне и тянул руки к моему молотку. Приходилось молоток уступать сынишке, а это не всегда было возможно, да и молоток был ему великоват, поэтому скоро я приобрел целый набор игрушечных столярных инструментов, и Алеша с удовольствием обстукивал маленьким молоточком все, что кругом можно было обстучать. Когда я что-нибудь прибивал, он любил вынимать из банки или коробки по гвоздику и подавать их мне. А еще очень нравилось ему собирать рассыпанные на газете гвозди и укладывать их в коробку или баночку - это увлекало его надолго. Я был, конечно, доволен "помощником", похваливал его и... высыпал гвозди на газету даже чаще, чем этого требовала необходимость.

А когда Алеша стал подниматься на ножки и, опираясь о стенки, путешествовать "на двух", я установил в комнате маленький турничок, а потом повесил кольца (на высоте всего 80 сантиметров от пола). Постепенно появились и канат, и шест, и лесенка. Поднимаясь с четверенек и хватаясь за турник, Алеша улыбался довольный. Дополнительная опора, когда на ноги надежда еще плохая, оказывается, как нельзя кстати такому малышу.

Теперь Алеша "изучал" не только стулья, табуретки, диваны и мои столярные инструменты, но мог уже устраивать себе "физкультминутки" Сначала он просто поджимал ноги и повисал на кольцах, довольно улыбаясь и смотря в нашу сторону в ожидании похвалы, а потом стал даже покачиваться на них.

Я старался его поддержать и в свободную минуту тоже под ходил к турнику или кольцам поразмяться. Сколько же удовольствия это доставляло нам обоим!

Так наше простое житейское стремление как-то выкроить время для своей работы и в то же время не оставлять детей одних оказалось педагогически очень целесообразным: у детей был широкий простор для разнообразной деятельности, и росли они самостоятельными (подолгу могли играть сами, без руководства и участия взрослых), инициативными (охотно придумывали новые занятия, упражнения, игры), общительными (легко вступали в контакт со сверстниками и взрослыми) и

любознательными (интерес ко всему с каждым годом у них только растет).

Однажды к нам приехала мама с двухлетним сыном и жаловалась на то, что она с ним совсем измучилась:

- Кажется, все делала как положено, а он какой-то вялый, ко всему равнодушный. И я ему тоже не нужна. Даже обидно. Может быть, он отстает в развитии?..

- А где вы работаете? - спросил я. - Много ли бываете с мальчиком дома?

- С утра до вечера. Из-за него я ушла с работы, решила до школы с него глаз не спускать, получше подготовить к школе.

Когда мы понаблюдали за нею и сыном, то довольно скоро убедились, что мама, ежесекундно "воспитывая" сына (то прогулка, то еда, то обучение по картинкам и т. д.), ни минуты не оставляет ему для самостоятельного познания мира - все преподносит ему готовым, да притом "перекармливает" его всем: и едой, и заботой, и режимом, и впечатлениями. Мы с грустью наблюдали, как идет это "сверхизбыточное" воспитание, и пришли к единодушному заключению; малышу не хватает занятой мамы, а от свободной его уже тошнит.

Потом мы узнали, что у нее родился второй ребенок, она стала работать и все пришло в норму: ее внимание поневоле рассредоточилось и перестало быть гипертрофированным и вредным.

Вот говорят: чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало. Нам кажется, что это неверно. Очень важно, чем, как, когда занимается малыш. И как относятся к этому взрослые.

Игры и игрушки

Давно известно, что первые игрушки младенца - погремушки. Накопилось и у нашего первенца их довольно много - дарили родные и знакомые. Но почему-то они очень недолго занимали сынишку: постучит он ими по кроватке и бросает через минуту. А вот Маша-неваляша, издающая мелодичные и нежные звуки, надолго стала его любимицей. Может быть, секрет здесь был именно в разнице звуков: однообразно шуршащие "погремушечьи разговоры" ребенку надоедали, а чистый, тонкий перезвон Маши-неваляши привлекал и радовал его как голос знакомого человека. Потом мы заметили, что детишки к звукам прислушиваются очень рано, а затем пробуют извлекать их сами с помощью разных

предметов: стуча ложкой по кружке, крышкой о кастрюлю и т. д. Наверное, в это время были бы хороши музыкальные игрушки типа ксилофона - только с хорошими, чистыми тонами. К сожалению, в продаже их нет, а мы сами подумали об этом поздновато - ребятишки уже подросли. А вот другое мы обнаружили довольно рано и широко пользовались этим "открытием" в играх со всеми своими малышами. Мы заметили, что ярким и привлекательным игрушкам сын явно предпочитал всякие неигрушечные вещи: разную посуду, дуршлаг, сбивалку-венчик, ершик, крышки, корзинки, нитки, кусочки разной материи, катушки, молотки, колеса, палочки, а из игрушек его больше всего привлекали крупные пластмассовые детали конструктора, кубики...

Постепенно мы поняли, в чем дело. Ну, конечно, малыши предпочитают те предметы; которыми можно что-то делать или манипулировать (надевать - снимать, открывать - закрывать, вкладывать - вынимать, выдвигать - задвигать, возить, кружить, качать, катать и т. п.), причем множество раз и разными способами. Видимо, игрушки быстрее исчерпывают себя в этом отношении. К тому же малыши очень рано пытаются подражать старшим, потому тянутся к тем вещам, которыми пользуются окружающие, и пытаются копировать их движения, их действия.

Заметив все это, мы старались удовлетворить эту потребность ребенка: я пишу или читаю - и у сына, который сидит за столом на высоком стульчике, тоже лист бумаги и карандаш или детская книжка; мама посуду моет, а дочка кладет ложки в мыльную воду. Иногда попадают туда и чистые - ничего, главное, что-то полоскать в воде "как мама". Мы терпели некоторые убытки во времени: надо было вытирать лишние лужи, больше убирать после совместного "труда", но мы шли на это, потому что было интересно наблюдать, как такой кроха чему-то учится.

Л. А.: А еще мы играли, обязательно выкраивая для этого время. И любимой игрой, как и у всех детишек, уже до года становились прятки.

Вот прыгнула ложка в мыльную воду:

- Люба, где ложка? Нету!

Дочка и в третий, и в пятый, и в десятый раз не устает удивляться: куда же делась ложка? Потом шарит ручкой в воде, и вот она! В глазах изумление и восторг.

Иногда я хитрила: незаметно вынимала ложку и прятала ее за мисочку. Снова маленькая ручка ловит что-то в воде, но ничего не находит. Недоумение, почти обида.

- Любаша, а посмотри-ка сюда. - Показываю ей кончик ложечки из-за миски. - Ага, нашлась!

Очень любят малыши и сами прятаться. Для этого достаточно отгородить ребенка пеленочкой или набросить на него пеленку сверху и сказать:

- Ку-ку! Где Любочка? Вы не видели Любашу? - Малышка замирает на несколько секунд. Для нее это так удивительно: мир мгновенно исчез из глаз. Зато сколько радости приносит каждый раз новое открытие этого удивительного мира. Когда малыш все свободнее ползает, а потом ходит, он уже пытается спрятаться сам за стул, за кресло, под стол. При этом он не заботится, чтобы не быть видным (иногда прячет одну голову), главное для него - самому не видеть. Тут уж надо игру не испортить:

- Любочка, где Любочка? Куда она убежала?.. - И искать совсем не в том месте, где сидит дочка, а потом, после долгих стараний, наконец найти ее, замирающую от волнения и счастья. Эта игра неизменно вызывает бурю переживаний. Может быть, это шаги к первым самостоятельным решениям, к проявлениям терпения и выдержки. А может быть, это подготовка к будущим расставаниям и встречам?

Когда играешь с детьми, начинаешь лучше их чувствовать и понимать. Именно благодаря игре мы обнаружили, например, что детишки инстинктивно ищут для себя какое-то небольшое пространство: любят забираться под столы, кровати, стулья, в какие-нибудь укромные уголки - им там как-то уютнее, соизмеримее, что ли, с их размерами. Когда ребята постарше сооружали из больших поролоновых подушек с кресел лабиринты и "квартиры" со множеством маленьких "комнаток", как же нравилось там прятаться и "жить" ползункам. И мы не запрещали детям сооружать "дома", "подводные лодки" и "космические корабли" под столами, за креслами и даже в "гнездышке" из старой раскладушки под потолком.

Поняли мы и еще одну очень важную вещь, которая нам впоследствии помогла играть и с более старшими детьми: игра не терпит принуждения и фальши. Взрослый только тогда "принимается" детьми в игру, когда играет всерьез, то есть так же переживает, чувствует, радуется, живет игрой, а не снисходит к детям и их "пустяковым занятиям" с какой-то там дидактически-воспитательной целью. Этому научиться нелегко, но надо, потому что, общаясь с детьми, надо знать их язык - язык фантазии и игры. Учатся же они понимать нас, почему же и нам у них не поучиться? Так скорее выработается общий язык, который так нужен для дальнейшего взаимопонимания с собственным ребенком.

Мы этому тоже учились. Часто не получалось: то говоришь каким-то назидательным тоном ("Что ты позабыл сделать?", "Что

надо сказать, когда выходишь из-за стола?"), то начинаешь повторять, как попугай ("Ты слышишь или нет?", "Сколько тебе повторять?", "Долго мне ждать?"), то вдруг впадаешь в сюсюканье ("Кто у нас такой холесенький да пригозенький?", "Ты уже кушаньки захотел?"). Понемногу мы освобождались от этих фальшивых нот и приобрели язык простой и искренний. В то же время выпустили на волю и свою собственную фантазию из клетки взрослых представлений и ограничений. Мы попробовали фантазировать вместе с детьми.

Как-то у Юли пропал из готовальни циркуль: я им чертила, а потом он куда-то исчез.

- С твоей помощью исчез? - спрашиваю я.

- Ну, мама! - возмущается и смущается Юля одновременно.

Проходит день, два... На третий день в кухню, где собралась вся детвора, входит папа и говорит с озабоченным видом:

- Иду я сейчас по комнате, вдруг слышу: кто-то плачет, да так горько-горько. Смотрю - вот он, маленький, жалуется на какую-то девочку и про готовальню что-то пищит...

Все ребята, даже старшие, широко раскрыли в ожидании глаза: что же дальше?

- Я идти хочу; а он за ноги цепляется - я чуть не споткнулся! - и говорит: "Возьми меня с собой, пожа-а-алуйста, я домой хочу, к маме-готовальне, ей без меня плохо".

Все весело хохочут, Юля краснеет, но смеется вместе со всеми и, взяв у папы циркуль, сразу кладет его на место, в готовальню. Мы вспоминаем сейчас, как мы были (да и бываем еще!) беспомощны в подобных случаях, когда начинаем упрекать:

- Опять на место не положила!

- Сколько же можно?!

- Ну и растеряха ты у нас! и т. д. и т. п.

А результат? Обида, слезы и упрямое: "Ну и пусть!", "Ну и не надо! Да, я такая! Такая! Такая!", "Ну и пусть!"

Б. П.: Вы спросите: при чем здесь годовалый малыш? А при том, что, чем раньше начинать, тем лучше.

Зачем так рано?

Такой вопрос нам задают даже после нашего самого подробного рассказа. Особенно мамы.

- Подумать только, - говорят они, - с рождения учить стоять, ходить, плавать, петь, говорить, чуть ли не читать - ведь жалко

крошку! А потом: вырастают же люди и без этого.

Конечно, вырастают, но...

Многие ли встречали человека, свободно говорящего на трех-четырех языках? Такое не каждому дано, нужны особые лингвистические способности, скажут многие и... ошибутся. В интернациональной школе при ООН в Нью-Йорке, где с малых лет, а иногда с рождения живут, учатся и постоянно общаются дети многих национальностей, знание трех-четырех языков - обычное явление. Все полиглоты!

Теперь представьте себе, что ребенок, психически совершенно нормальный, обладающий слухом и зрением, в течение многих лет не в состоянии овладеть даже одним родным языком и остается фактически немым. Невероятно, правда? Однако науке известны трагические случаи, когда дети в младенческом возрасте попадали в логово диких зверей. Если их возвращали к людям позже шести-семилетнего возраста, они не могли научиться говорить, как ни старались этому научить их терпеливые и добрые воспитатели! Не могли!

Еще пример. Может ли абсолютный музыкальный слух быть достоянием каждого человека? Нам представить себе это трудно. Но вот жители Вьетнама - все! - обладают поразительным музыкальным слухом. Чудо? Нет, просто вьетнамский язык четырехтональный, и, чтобы понимать друг друга, вьетнамцы должны с младенчества точно отличать высоту звуков.

С младенчества! Но ведь именно тогда - с первых дней жизни - и окунается маленький вьетнамец в стихию родной речи. С первых дней - вот в чем дело!

Подозреваем ли мы, что, говоря своему несмышленышу ласковые слова, напевая ему простые песенки, мы уже учим его говорить и понимать язык? Нет, просто так принято, все так делают. Да и нам, взрослым, с ним так интереснее, веселее, занятнее. И никто не думает о перегрузке, о том, что это рано, что ребенку тяжело, вредно, опасно. Наступает момент, и первое слово, еще до года, произносит сам малыш. Как просто! Но как непросто все становится, если мы будем мало говорить с ребенком. Как задерживается сразу его развитие! В доме ребенка, где дети воспитываются со дня рождения и на каждого взрослого приходится 20-25 малышей, дети могут не заговорить и в два и в три года, с большим трудом осваивают речь и нередко долгие годы отстают потом в развитии.

Итак, трудно осваивают язык (или не осваивают вовсе) те, кто начал изучать его слишком поздно (дети-Маугли), и те, языковое обобщение которых было очень бедно. Время начала и условия для развития - вот что определяет успешность овладения родной

речью. Но почему не предположить, что точно так же дело обстоит и с остальными способностями?

Чрезвычайно распространено мнение, что способности наследуются, даются от природы. Но вот что утверждают последние работы генетиков: "...в наши дни, после окончательной победы в генетике принципа ненаследуемости благоприобретенных признаков, стало очевидным, что духовное развитие не записывается в генах. Оно фиксируется в социальной программе, которая передается путем воспитания усложняется и развивается с каждым новым поколением". Эти слова находим мы у академика Н. П. Дубинина * (подчеркнуто нами - Б. П. и Л. А. Н.). Но в первый год жизни ребенка эта социальная программа целиком в руках родителей. И от того как сумеют родители распорядиться этим временем Начала Всех Начал, будет во многом зависеть будущее развитие их ребенка.

* Дубинин Н. П., Шевченко Ю. Г., "Некоторые вопросы социальной проблемы природы человека." М.: Наука, 1976. с. 17.

Л. А.: Подробнее мы расскажем об этом во второй части книги, где речь пойдет о детях постарше. Но начало нормальных (или ненормальных) отношений с ребенком закладывается очень рано - пожалуй, даже до его рождения. Известно, что здесь многое зависит от общего нравственного климата семьи. Но от чего зависит сам семейный климат? Конечно, на него воздействует многое, зависящее и не зависящее от членов семьи: от жилищных условий до личных настроений. И все это накладывает отпечаток на будущий характер растущих в семье детей. Можно ли все предусмотреть? Нельзя. Можно ли за все отвечать? По-моему, нужно! Часто слышу, с какой легкостью жалуются матери друг другу: "Мой такой неласковый", или "Такая уж она у меня плаксивая", или "А мой упрямым растет, и в кого он такой?" и т. д. и т. п. И никакого намека на то, чтобы поискать причину в собственных своих родительских действиях! Такой, дескать, уродился...

Я же не вспомню ни одного примера, чтобы какой-нибудь недостаток наших детей не находил своих истоков в непродуманных, безответственных, неправильных действиях окружающих, прежде всего родных, близких людей, и особенно, конечно, нас, родителей. Спохватываешься, мучаешься, думаешь, анализируешь - н начинаешь все сначала, все по-другому. Не выходит. Снова и снова ищешь выхода. И находишь! Это уже завоевание, открытие, маленькая победа. Из многих таких достижений складывается опыт, опыт общения и... опыт

ответственности. Хорошо, когда начинаешь накапливать этот опыт как можно раньше.

Без мамы плохо

Однажды в скверике мы наблюдали такую трогательную сценку. На скамейке оживленно разговаривают две молодые женщины. К одной из них нет-нет да приковыляет малыш лет двух, ткнется ей в колени, постоит так несколько секунд и топает назад к стайке ребятишек в песочнице. Она не спрашивает его ни о чем, просто положит сынишке руку на головку, погладит вихры, шепнет что-то на ушко, и он, словно глотнув живой воды, снова возвращается к игре. Его никто не обижал, мама ему была хорошо видна от песочницы, но он упорно приходил и приходил к ней, чтобы просто прикоснуться, почувствовать живое тепло ее рук, коленей - без этого он просто не мог играть спокойно.

Вот эту жажду не просто видеть меня, но и ощущать близко физически я заметила у своих малышей, к сожалению, не сразу. Только постепенно я поняла, что это не каприз - видеть маму постоянно, чувствовать ее рядом или хотя бы слышать голос ее. Вначале я внимала не собственной интуиции, а расхожей "истине": ребенка не балуй, а то он тебе на шею сядет (помните: к рукам приучишь - руки свяжет). И первенца своего с самого начала пыталась не баловать: плачет - не подходила, пока не перестанет; спать уложу и нарочно уйду - пусть засыпает сам; баюкать, песни петь - ни-ни, а то привыкнет...

Ну и что вышло? Из-за диатеза он плохо спал, часто плакал по ночам, я, очень стараясь "выдерживать характер", не брала его на руки и... извелась сама вконец. А потом, отчаявшись, махнула рукой на все "нельзя" и "не положено" и положила сынишку спать рядом с собой. За полгода его жизни это была первая ночь, когда мы оба выспались всласть. И все последующие ночи перестали быть для нас проблемой.

Именно после этого мы и днем стали брать чаще его на руки, а потом так же поступали со всеми остальными малышами. Нашего папу бабушки иногда даже "елкой" называли, потому что стоит ему появиться, как на нем виснут все, кто может повиснуть, а кто не может, того он сам берет на руки и носит всех долго-долго или возится с малышами, пока все не устанут. Нет, это не было для нас обременительным. Мы видели, сколько радости приносит это ребятишкам, да и нам, взрослым, было хорошо. А

поэтому не огорчались, что нарушали какие-то запреты.

И вот теперь в печати мы все чаще встречаем подтверждения верности своих "неразумных" действий. Оказалось, физический контакт с близкими людьми дает ребенку чувство защищенности и безопасности, что необходимо для нормального развития психики. Описание одного опыта особенно поразило нас, хотя речь шла в нем не о людях, а об обезьянах. Биологи Харлоу и Суоми рассказывают, что они изучали экспериментально, в каком возрасте маленькие обезьянки лучше всего обучаются. Но для уроков обезьянок приходилось отнимать от матерей, чтобы те не мешали "учебе". Для маленьких обезьянок каждое расставание с матерью становилось трагедией. Это так подействовало на них, что остановилось их психическое развитие: шестимесячные обезьянки остались на уровне трехмесячных (как раз тогда их и начали отрывать от матерей). Картина эксперимента так исказилась, что его пришлось прекратить и начать второй.

Во втором эксперименте обезьянок отняли от матерей сразу после рождения, а в клетку к каждой поставили по креслу с мохнатой обивкой, напоминавшей шерсть матери. В спинку кресла встроили бутылку с соской и вскармливали обезьянок искусственно. Обучение теперь шло прямо в клетке, кресло ему не мешало, но, когда для пробы кресло уносили из клетки, детеныш падал на пол, где оно стояло и горько "плакал" - визжал. Стоило же вернуть кресло в клетку, как он прыгал на него, крепко впивался в мохнатую обшивку и несколько минут прижимался к нему, не решаясь его оставить.

Эксперимент закончили, а выросших "безмамных" обезьянок пустили в общее стадо обезьян. Однако они оказались настолько неконтактны, необщительны, что не смогли даже создать семейные пары и были агрессивно настроены по отношению к другим обезьянам. Тогда прибегли к искусственному оплодотворению и дождались от этих обезьян, выросших без мам, потомства. И что же? Они не проявили к собственным детям никаких нежных чувств. Одна оторвала руку своему ребенку, вторая раскусила голову как кокосовый орех. Они не обращали внимания на то, что малыш "плачет", тогда как в стаде в подобном случае к нему немедленно бросается мать или даже кто-нибудь из других обезьян. Это поразило ученых: у "безмамных мам" совершенно отсутствовал материнский инстинкт, испокон веков считавшийся врожденным. Вот как страшно - расти без мамы. Как же не болеть детишкам в яслях? Как же выздоравливать малышам в больницах - без мам? По меткому выражению доктора Б. Спока, теперь нередко превращают грудного ребенка в кроватного. А если еще добавить сюда и

искусственное вскармливание? Что же из этого получится, а?

Требуются бабушки и дедушки

Столь же нуждаются малыши в речевом и эмоциональном общении. Вот здесь незаменима роль бабушек, потому что родители из-за вечной своей занятости сильно обделяют детей общением. Со старшими мы разговаривали много и подолгу, вызывая их ответное желание повторять за нами звуки, произносить слоги, в этом нам помогали бабушки, которые тогда жили вместе с нами. И ребятишки к году уже многое понимали, даже произносили с десяток простых слов, то есть развивались вполне нормально.

А со средними дело застопорилось: мы понадеялись, что все само собою образуется, и, всегда занятые, не заметили, как они стали отставать в развитии речи. Получалось это так. После завтрака или обеда мы отпускали маленьких играть со старшими (старше на два - четыре года). Дела и игры у тех обычно были такими, что младшие участвовали на равных: "жили" в доме, построенном под столом, съезжали с горки, сделанной из раскладушки, и т. д. Ребятишки как-то приспосабливались к тому, что младший не умеет говорить, а потребность научить его никак не возникала. Малыш произносил какой то неопределенный звук "ы", который годился на все случаи жизни, и все его понимали.

Вот тянет маленький ручонку к старшему и "говорит": "Ы-ы!" Тот дает ему руку, и малыш ведет старшего в кухню. Здесь стоит высокая скамейка, а на ней - ведра с водой. Малыш берет со скамейки пустую кружку, вручает ее старшему, а сам хлопает другой ручонкой по ведру. Все понятно. Старший окунает кружку в ведро и поит малыша. И даже "ы" в этом случае не нужно. Мы и не заметили, что они к полутора годам говорили меньше слов, чем обычно годовалый. Как же трудно было их "разговорить" потом! Потребовалось много сил и времени, чтобы наверстать упущенное время.

А когда родилась последняя дочка, Любаша, к нам переселился дедушка. Младшая внучка стала его любимицей. Он подолгу мог разговаривать с ней, читать ей стихи, рассматривать Картинки, и Люба в полтора года уже говорила маленькими фразами.

Сейчас как-то уходят из нашей жизни удивительные, веками шлифовавшиеся народные потешки для самых маленьких, разные

шутки-прибаутки, забавные звукоподражания, сопровождающиеся разными несложными, но веселыми действиями, так радующими ребенка. "Ладушки-ладушки", "Идет коза рогатая", "Сорока-ворона" и т. д. и т. п. много ли мы их знаем? А ведь их не один десяток. А сказки? А песни? Расул Гамзатов замечает, что в Дагестане о плохом человеке говорят: над ним мать пела плохие песни или не пела совсем.

А какие песни слушают дети сейчас? Даже сказки стали теперь телесказками и радиосказками Прочитали мы как-то, что даже предлагают малышам слушать сказки по.. телефону: набери номер - и пожалуйста! Да ведь песня, сказка - это прежде всего средство эмоционального общения. Как же общаться с телефоном?! Здесь что-то не так. Пусть сказка будет немудреная, пусть сказана она будет без должной артистичности, но родным голосом, родным человеком. Помните:

...заберусь я на печь к бабушке седой
И начну у бабки сказку я просить,
И начнет мне бабка сказку говорить...

Пусть не подумают читатели, что мы против теле- и радиосказок. Наоборот, они очень нужны всем, в том числе и взрослым: воспроизведенные в художественных образах мастерами слова, кино, театра, эти сказки сильно действуют на воображение детей и многому их учат. Но все же... все же они тут лишь зрители и слушатели. Сказку на экране не перебьешь, вопрос не задашь: смотри, слушай и... переваривай. А вот читает мама сказку вслух или папа рассказывает что-то. Тут же вспыхивает то смех, то споры, то реплика, то вопрос. Особенно понравившиеся места читаем еще раз... Теплота и поэзия этих минут остаются с человеком на всю жизнь. Их не может дать ни магнитофонная лента, ни грампластинка, никакое иное самое современное изобретение - ничто не заменит живого общения с ребенком.

Яблоко раздора

Первый ребенок почти всегда становится как бы пробным камнем педагогических воззрений всех взрослых, так или иначе связанных с малышом. Вокруг него чуть ли не с первого дня разгораются страсти и споры - как кормить, купать, держать,

пеленать и т. д. и т. п. Самое грустное заключается в том, что каждый из старших спорящих, даже если он не вырастил ни одного ребенка, считает себя глубоким знатоком в деле воспитания, знает даже, как обращаться с самым маленьким, и бесконечно дает советы и указания. Или, поджав губы, молча осуждает все попытки молодых решить уйму проблем своими силами. А начинающие родители, не имеющие никакого опыта, но преисполненные самых благих намерений самостоятельно растить ребенка - конечно, современными способами! - не приемлют ни одного совета, не согласны ни с чьими мнениями. У них уже есть свое (иногда у каждого свое, что только ухудшает обстановку). Да, два "враждующих лагеря" вокруг колыбели - к сожалению, явление типичное. Не миновали его и мы.

Теперь, когда оглядываешься назад - в то трудное время постоянной нашей "войны" с окружающими, - многое видится иначе, многое хотелось бы вернуть и исправить, но это, к сожалению, невозможно. Зато возможно другое: предотвратить подобные ошибки у других.

Может быть, наш рассказ поможет это сделать хотя бы отчасти.

Почти три года мы жили в одном доме со своими родными. Вокруг наших сыновей (двухлетнего и шестимесячного) собрались шестеро взрослых: родители, две бабушки, дядя и тетя - люди все очень разные - из не поддающихся на влияние и уговоры. Атмосфера несогласия и напряжения воцарилась с самого начала: родные настороженно и, безусловно, отрицательно отнеслись ко всем нашим педагогическим начинаниям: необычной закалке, спортснарядам в комнате, разрешению ползать по всему дому и т. д. Их нежелание хотя бы отчасти вникнуть в то, почему мы так делаем, их предсказания страшного будущего наших детей, высказываемые с уверенностью прорицателей, - все это не могло не возбудить в нас протеста и стремления защитить себя от посягательств на наш суверенитет. К счастью, мы сами были во многом солидарны и действовали сообща, поддерживая друг друга. Это не исключало наших разногласий, но они, как правило, оставались между нами и не становились достоянием окружающих. В этом была наша сила - мы это чувствовали и дорожили своей солидарностью.

Но мы не догадывались о своей слабости, о том, что мы сами постоянно провоцировали новые недовольства и возмущения окружающих и вызывали на себя огонь их критики. Чем? Честное слово, сейчас стыдно писать об этом, но что было, то было: увлеченные своими педагогическими поисками и открытиями, мы фактически не считались с окружающими, с их мыслями,

убеждениями, привычками, традициями, чувствами, наконец. Не считались не потому, разумеется, что хотели кому-то сделать наперекор, а тем более назло - суетное и мелочное это чувство нам было чуждо с самого начала. А нас подозревали в желании выделиться, что называется, быть не как все добрые люди. Это, в свою очередь, тоже обижало нас.

Но главная беда заключалась в том, что мы просто поступали так, как считали правильным и нужным, и не обращали внимания на то, как это отражается на жизни и самочувствии окружающих. Мы вдохновлялись мудрым изречением "Иди своей дорогой, и пусть люди говорят что угодно", даже гордились тем, что способны идти прямо сквозь строй общественного мнения и общественных предрассудков.

Мы и сейчас этим гордимся. Хороши были бы мы, если бы вместо твердого курса избрали "виляние под влиянием" каждого встречного и поперечного. Тут речь о другом.

Совсем недавно мы наблюдали в электричке такую вот грустную сцену. В вагон, забитый до отказа, едва протиснулся отец с плачущим сынишкой лет четырех на руках.

- Хочу к бабушке, где бабушка?.. - повторял малыш снова и снова.

- Перестань реветь, - сурово выговаривал ему отец, - бабушка осталась, мы едем домой.

- Хочу к бабушке, - безнадежно тянул мальчик, еще всхлипывая, но уже в основном переставая плакать. Отец не уловил этой перемены и, выйдя из терпения, поставил сынишку на пол.

- Будешь реветь - не возьму на руки.

Что тут началось! Мальчишка громко расплакался и начал вопить исступленно:

- К бабушке! К бабушке хочу!

Пассажиры, разумеется, встрепенулись: кто читал, бросил на самом интересном месте, кто говорил, оборвал речь на полуслове, кто дремал, очнулся... В ушах у всех звон стоял от резкого детского вопля:

- К ба-а-абушке-е-е!

Отец стоял, прислонившись к стене, и время от времени произносил как можно спокойнее и тверже (доставалось ему это нелегко):

- Кричишь? Ну кричи, кричи, а мы послушаем.

Стоявшие рядом пассажиры, в особенности, конечно, женщины, пытались унять малыша, заговаривали с ним, показывали что-то, многие предлагали отцу сесть у окна, отвлечь ребенка. Отец был непреклонен и от помощи отказывался:

- Пусть поорет, все равно по его не будет, и уговаривать его нечего.

Взбудораженный вагон между тем переживал случившееся: кто осуждал отца, кто продолжал утешать крикуна, кто советовал "наддать этому сорванцу как следует, чтобы знал на будущее", а одна пожилая женщина достала из сумочки валидол:

- Не могу я детского крика слышать, мне плохо делается...

Отец продолжал "воспитывать" сына еще минут пятнадцать, до самой Москвы, и на руки взял его, уже осипшего и изнемогшего, только когда выходил из вагона.

Мы взглянули друг на друга: жалко, мол, и отца и сына.

- А знаешь, кого он мне напомнил? - спросила я. - Ты только не обижайся - нас с тобой.

- Ну знаешь! У нас так ребята в вагонах ни разу не орали!

- В вагонах - да, а дома?

И мы вспомнили давнюю историю, которую описали в своей первой книжечке "Правы ли мы?", историю о том, как мы учили сына быть аккуратным и не дали ему чаю после того, как он опрокинул свою чашку. Больше часа продолжалось "сражение" между нами и двухлетним карапузом, окончившееся, разумеется, нашей победой, о чем мы с удовлетворением и написали так: "...когда за обедом и на следующий день мы видим, как Алеша предусмотрительно отодвигает от края стола стакан ...всякие сомнения пропадают: надо делать так, как мы делаем".

Мы тогда не замечали несоизмеримости этой победы с ценой, которая была за нее заплачена. Ладно уж, что сами мы были выбиты из колеи не только на час, но и гораздо дольше; главное, разболелась голова у бабушки, не мог работать за тонкой перегородкой дядя Володя, проснулся и расплакался шестимесячный малыш. Мы "воспитывали" сына за счет нервотрепки всех окружающих. И тем самым преподали ему один из самых вредных уроков: неважно, что переживают остальные, важно, что чувствую и делаю я.

Так, не желая того, мы возбуждали в сыне эгоистические чувства. И они не замедлили проявиться. Мы заметили, что старший не обращает никакого внимания на плач братишки - точь-в-точь как мы не обращали внимания на его собственный плач. Это нас насторожило и натолкнуло на размышления, сомнения. Мы стали понемногу выкарабкиваться из дебрей, куда попали по собственной недальновидности и неопытности.

Росли ребятишки, и мы видели, как важна для них хорошая добросердечная обстановка в доме, теплое отношение окружающих между собой. Но как добиться этих теплых отношений, если каждый стоит на своем и не стесняется в

выражениях?

Рецепт тут один: видимо, надо стараться понять переживания друг друга и щадить нервы близких людей.

Так получается куда лучше - мы в этом убедились на собственном опыте. Вот только следить за собой бывает трудно, зато когда получится, бывает так приятно!

Опрокинутая чашка

Иногда меня спрашивают, вспоминая историю с пролитым чаем:

- Ну а сейчас как бы вы поступили в описанной ситуации?

И я отвечаю: это зависит от многих обстоятельств.

Если это произошло от неловкости и невнимательности, а к тому же вызвало смущение и чувство вины у малыша - а так оно у нас тогда и получилось, - надо было бы посочувствовать ему:

- Вот досада-то! Вытер лужу? Ну садись, нальем еще. Только куда же чашку поставить, чтобы не свалить?

Если ребенок хотел отодвинуть чашку и вдруг ее опрокинул, а сам расстроился до слез, скорее всего мы бы его утешил и, помогли вытереть лужу, налили чаю снова и поучили бы его отодвигать чашку, предоставив ему возможность самому попробовать, как лучше это сделать.

Возможно и такое: малыш уже совсем засыпает - из-за этого и все несчастье. Ну тогда лучше всего уложить его в постель, лужу вытереть и не вспоминать об этом больше, словно ничего и не было.

Ну а если наше чадо вдруг капризно потребует: "Не хочу чаю, хочу молока!", оттолкнет от себя чашку да при этом еще и губы надует, чувствуя себя правым (не то, видите ли, ему подали), то тут и рассердиться не грех, и выставить из-за стола, и не дать ему больше ничего до следующей еды. Здесь уж дело не столько в чашке, сколько в его барском поведении, которого допускать просто нельзя.

Мы перечислили лишь некоторые из возможных вариантов. А по существу, каждый подобный случай индивидуален, и реагировать на него невозможно по раз и навсегда принятому шаблону.

Это нельзя, а это можно

Но есть ситуации, которые имеют - должны иметь! - четкие и определенные оценки. Это очень важно для правильной ориентировки малыша в мире незнакомых для него вещей и отношений.

Я помню, как однажды мне пришлось разговаривать с кем-то из гостей, держа на коленях восьмимесячного сынишку. Разговор еще не был закончен, а малыш начал капризничать. Тогда я, чтобы его успокоить, показала ему часы на руке и приложила их к его ушку: "Слышишь: тик-так!" Заинтересованный малыш потянул часы за ремешок и попробовал их снять. Ах, как нужно было мне окончить важный разговор, и я недолго думая сняла часы и, держа ремешок за пряжку, дала их сыну поиграть. Разговор был благополучно окончен, теперь часы надо было вернуть на место, но не тут-то было. Сын не захотел отдавать часы - еще не наигрался.

- Нельзя играть часами! - растерянно спохватилась я. - Нельзя!

- Но ты же сама их дала ему, значит, можно, - заметил отец. - Он так теперь и поймет: нельзя - это значит можно. Ты его запутала.

И правда - пришлось повоевать с сыном, чтобы он часы больше не брал, чтобы понял: трогать это нельзя!

С тех пор мы стали осторожнее с этим словом, постарались навести порядок в его употреблении. Прежде всего поняли: если что-то нельзя, оно должно быть нельзя с самого начала и без всяких колебаний. Скажем, брать часы, секундомер, трогать пишущую машинку, магнитофон, телевизор и прочие вещи, которые легко испортить, нельзя! Бросать ложки и вилки на пол, рвать книжки и писать на них нельзя! Хлопать - даже в шутку - бабушку или кого-нибудь другого по щекам, дергать котенка за хвост нельзя! Причем это слово должно произноситься строгим тоном, без уговоров и разъяснений.

Но - и это важно - запрещений не должно быть очень много, только самый необходимый минимум. Если оградить ребенка сплошными "нельзя", да еще и строго наказывать за все нарушения запретов, можно либо его запугать, либо спровоцировать буйный протест. Ведь недовольство возникает с каждым "нельзя", потому что нельзя - значит лишение какого-то желания, а это всегда обидно, досадно, не оставляет надежды на будущее.

Мы стараемся не допускать этого: запрещая что-то малышу. сразу говорим ему, а что можно. Допустим: бросать хлеб нельзя, а мячик - можно; делать больно котенку - ни-ни. Нельзя! А

погладить - тихонько, ласково - можно. Часы трогать нельзя, а вот это колесико или катушку - можно; сегодня к бабушке поехать нельзя, но завтра будет можно. Тогда у ребенка есть надежда, перспектива, возможность действовать и правильное представление об этом. И тогда снимаются возможные конфликты, капризы и недоразумения. Он как бы получает компас для ориентировки в окружающем мире и становится спокойнее и увереннее в себе.

И маму надо пожалеть

Живое общение с малышом, внимание к нему - без этого немыслимо нормальное развитие ребенка. Никто возражать против этого не будет. Но... ведь и общение общению рознь, и внимание не всегда на пользу идет. Мы убедились в этом на горьком опыте. В той же брошюре "Правы ли мы?", которую мы уже упоминали, есть такая главка: "Бабушкин рай".

Наш сынишка попадает на целый день к трем бабушкам, они окружают его такой лаской, заботой, вниманием, что ему самому и делать ничего не остается - все его желания исполняются немедленно и даже угадываются заранее, но, самое главное, все заботы направлены в одну сторону, от взрослых к ребенку. И никакого намека на взаимность, ответную заботу ребенка - о взрослых.

Малыш принимает знаки внимания как должное, прямо на глазах превращаясь в маленького деспота. Проявить же заботу о бабушках ему просто не приходит в голову, ибо это не требуется - ведь "он еще маленький". А ведь и маленький может утешить обиженного, сострадать, помогать. И надо, обязательно надо давать эту возможность даже самому крошечному человечку.

Да что от него толку? - скажут многие. А это смотря какой толк иметь в виду. Вот чищу я картошку на кухне и ("недогадливая"!) наклоняюсь за каждой картофелиной к корзинке на полу. Видит Алеша (ему одиннадцать месяцев) эти поклоны и сам... достает картофелину из корзинки, а потом протягивает ее мне. Я, конечно, растрогана:

- Спасибо тебе, помощник ты мой хороший! Клади вот сюда, на мой стол.

А Алеша, довольный моей похвалой, уже отыскивает вторую картофелину, побольше. Я не успеваю дочистить первую, а на столе появляется новая.

- Видишь, как быстро у нас дела пошли? Молодцы мы с тобой, правда?

Уже до года малыш много раз попадает в такие ситуации, когда он может стать заботливым и внимательным помощником. Несет из колонки папа полные ведра воды, а Алеша бежит впереди и открывает ему все двери по очереди. Накрываю на стол, а Алеша каждому кладет ложку к тарелке. Работая, папа насорил на полу - Алеша в кухню за совком отправился.

Мы старались не забывать похвалить малыша, поблагодарить его и не смеялись, что помощь от него маленькая. Сколько раз приходится видеть совсем удручающие картины. Малыш старается, пыхтит, хочет помочь, а старшие ему:

- Убирайся отсюда! Толку от тебя мало, больше мешаешь.

И не понимают они, что толк не в том, сколько сумел сделать ребенок, а в том, что он хочет помочь и уже помогает - по своим возможностям. Как важно поддержать его в этом стремлении!

Кто не слышал таких вот горестных сетований от родителей уже взрослых детей:

- Кормила, поила, растила. Изо всех сил старалась, чтобы ни в чем отказу не знал. И вот вырос и забыл, что мать есть.

Чувствуется, что человеку до слез больно от такой неблагодарности сына, но помочь ему уже нельзя. Всю жизнь шла забота только с одной стороны - от матери к сыну, и ей в голову не приходило, что именно так взращивается будущая сыновняя неблагодарность.

Когда в семье есть несколько ребятишек, то забота о самом маленьком, казалось бы, должна быть свойственна старшим детям. Однако само собой это не получается. Очень многое и здесь зависит от поведения взрослых. Можно, например, приказать старшему:

- Покорми Любу кефиром! - дать бутылку, чтобы подержал, пока та все высосет.

В этом случае старший воспринимает предложение как приказ, который исходит от папы или мамы и который надо выполнять, хочется того или не хочется, а о самой сестренке и заботы никакой нет.

Но можно сказать это ребенку совсем иначе:

- Наша Любаша уже проголодалась. Надо ей бутылочку подержать, а у меня руки заняты. Как же теперь быть?

- Я подержу, мама, - тут же предлагает кто-то.

Вот так получается куда лучше: здесь возникает желание помочь и сестренке и маме. И если я к тому же не останусь равнодушной к этому, обрадуюсь:

- Какой ты заботливый братишка! - это может лишь укрепить

и развить родившуюся только что заботу о другом.

Папа говорит нашей годовалой дочке:

- Любочка, мама устала, у мамы головка болит. Полечи ее.

Дочка целует меня в лоб, гладит по волосам - "лечит". И я улыбаюсь:

- Вот мне и лучше, спасибо, мой доктор.

- Давай будем говорить шепотом, - говорю я старшему сыну, - девочки делают уроки...

- Ребятки, давайте-ка играть потише - пусть Люба поспит...

- Тише! - слышу голос старшей дочери. - Мама работает.

Если бы думать об этом раньше, у нас могло бы быть так всегда...

Но к сознанию всего этого мы приходили, К сожалению, методом проб и ошибок. А надо, НАДО, НАДО было знать с самого начала, что малышу требуется не только забота о нем, и обязательно его забота о нас, о бабушках, о других людях. Иначе ему не вырасти настоящим человеком.

Движение, движение, движение

Дошкольное детство. Само название будто напоминает: впереди школа. Как пугает она сейчас родителей новыми программами, непривычными требованиями. И, желая получше подготовить своего малыша к будущей школьной жизни, столь непохожей на домашнюю, папы и мамы иногда устраивают дома со своими пяти-шестилетними детьми "настоящие" школьные уроки: "Сядь как следует", "Не вертись", "Повтори еще раз", "Дай полный ответ", "Выучи наизусть", "Пока не выучишь, гулять не пойдешь".

Видя, что результаты, как ни бейся, невелики, родители впадают в уныние: "Непоседа, рассеянный, упрямый - ну какой из него ученик?" И ищут ответ на вопрос: а как же надо готовить к школе? Читают об этом в журналах и в брошюрах, где подробно рассказывается, чем и как следует заниматься до школы. И в своих многочисленных письмах к нам часто обращаются с просьбой: "Расскажите, как вы учили своих детей читать, считать, быть внимательными, усидчивыми? Почему они в школе тратят мало времени на домашние задания, могут даже "перескакивать" через классы? Это что, врожденные способности или у вас особая система подготовки? Расскажите о ней!"

Вот об этом и будет теперь наш рассказ. И начнем мы его не с обучения счету и чтению, не с выработки внимательности и любознательности (об этом будет речь потом), а... со здоровья малышей, с их физического развития. Почему? Да потому что школа - это прежде всего парта, сидение в ней по нескольку часов в день, это, кроме того, сидение за домашними заданиями, за чтением десятков и сотен книг... это, короче, резкое ограничение подвижности ребенка в то самое время, когда он особенно нуждается в интенсивном, разнообразном, радостном движении.

Конечно, когда-нибудь это противоречие будет преодолено, но пока, увы, остается во всей своей остроте, и страдают от этого больше всего как раз дети физически некрепкие, малоподвижные, вялые. Им учиться трудно, болеют они чаще, занимаются больше, поэтому сидят дольше, а следовательно, все более слабеют. Получается порочный круг, из которого выбраться очень трудно. А крепкий ребенок (ведь ему хочется двигаться!) хоть отчасти да возьмет свое - на переменках, вне уроков, в стихии подвижных игр, а кому повезет (к сожалению, единицам из сотен) - в организованных секциях, кружках.

Вот и выходит, что прежде всего нужно позаботиться о том, чтобы ребенок уже до школы стал крепким и сильным. Как? Наверное, есть разные способы и пути для этого. Мы расскажем о своем.

Если хочешь быть здоров

Б. П.: Да, придется начать опять-таки с закаливания, хотя обходимся мы, как и на первом году жизни детей, без специальных закаливающих процедур.

Такой вопрос мы не только слышим от многих, но и буквально читаем в глазах каждого наблюдающего наших ребятишек дома. Некоторые не выдерживают, берут Любочку на руки и трогают ее холодные пяточки:

- Тебе холодно?

- Нет, ни капельки! - весело отвечает Люба и, соскользнув с рук на пол, мчится покачаться на боксерской груше, привязанной к канату.

Это действительно так. У наших малышей удивительно хорошо работают все "терморегуляторы". Ночью в спальном мешке плюс 33-34 градуса, и тельце и ножки у них теплые. А. вылезли утром из мешка - кругом только плюс 18-22 градуса, а на полу всего лишь плюс 15 градусов (зимой в сильные морозы даже плюс 8-10 градусов). Если бы кожа оставалась теплой, она отдавала бы много тепла. Вот она и приобретает температуру, близкую к температуре воздухе, а ступни ног - к температуре пола, и тогда человек не мерзнет. Оказывается, такое терморегулирование есть у всех млекопитающих: температура подушечек на лапах собак, волков, зайцев равна температуре почвы, а зимой в морозы нулевая. При нуле градусов кровь не может замерзнуть (она соленая), снег и лед при этой температуре не тают, а кожа отдает минимум тепла. "Ну у животных это понятно для чего. Но зачем это человеку: ведь у него есть одежда и обувь?" - спросите вы. Да, но одежда и обувь были изобретены для предотвращения переохлаждения и перегрева. Это когда-то замечательно расширило возможности человека в преодолении неблагоприятных воздействий окружающей среды. А теперь роль одежды частенько сводится к обеспечению термостата - поддержания постоянной температуры вокруг тела. Да и современная квартира - тот же термостат. К чему это ведет? К утрате адаптивных (приспособительных) реакций и к снижению

сопротивляемости переменам в окружающей среде: и климатическим, и погодным, и житейским. Вот и получается: ноги промочил - уже чихает, ветерок подул - уже кашляет. Такому человеку только на печи и жить - так узок его диапазон приспособительных возможностей.

А мы постарались этот диапазон для своих детишек расширить, чтобы не было ни у нас, ни у них боязни сквозняков, промокших ног, солнечных ударов, летнего дождя и многого другого. И сделали мы это не путем специальных процедур с медлительностью и постепенностью, а просто... разрешили ходить в трусиках и босиком дома и на улице, даже - если хочется - выскакивать на снег и из горячей бани, и из комнаты. Знаете, как хорошо утром вместо зарядки пробежаться по беговой дорожке, а вечером - по снежку вокруг дома, так мы иногда "моем ноги" перед сном...

Даже мы сами, взрослые, расхрабрившись, вслед за малышами начали ходить босиком по полу, по земле, по снегу. Как же это оказалось приятно... К тому же еще надо учесть, что, и выходя из дома, мы одеваемся примерно на сезон легче, чем принято, то есть осенью по-летнему, а зимой по-осеннему (если не ниже минус 10 градусов).

И каковы же получились результаты?

Во-первых, мы избавились от простудных заболеваний (это 90 процентов всех детских болезней!), а заодно и от вечного страха перед ними, который так отравляет существование и родителям и детям. Как-то один из старших вспомнил: "Когда я в школе учился, даже обидно было: все простужаются, а я никак. Ну что это за жизнь - и уроков не пропустить на законном основании". Всем бы такую "обиду".

Во-вторых, легкая одежда, а тем более ее отсутствие, не стесняет движений, а прохлада бодрит и стимулирует большую подвижность - двигаться в таких условиях не просто хочется, а даже приятно.

В-третьих, хождение босиком предотвращает плоскостопие, делает кожу стопы плотнее и прочнее, а походку и бег легче и свободнее, то есть благоприятно сказывается на осанке ребенка и координации его движений. Босые ноги и на спортснарядах - подспорье, а не помеха (попробуйте в ботинках забраться на шест, например). Вот почему мы стойко выдерживаем замечания некоторых окружающих о том, что "быть голым и неэтично не неприлично". И лелеем тайную мечту, что когда-нибудь идеалом станет стройный, сильный и крепкий, как пружинка, малыш, один вид тельца которого будет вызывать улыбку восхищения. Тогда покажется неэтичным прятать под одеждами эту красоту.

Л. А.: Тут следовало бы напомнить, что мы разрешали ходить босиком и в трусиках нашим детям с самых первых их шагов и даже раньше. Это очень важно! Позволь подобное маленькому человеку, который уже переболел отитом, ангиной, пневмонией или простужается без конца. Что из этого выйдет?

- Повезло вам на здоровеньких детишек, вот были бы у вас слабенькие да болезненные, небось дрожали бы над ними и кутали не меньше, чем другие - так иногда говорят нам.

Что сказать на это? Думаю: везет, когда везешь. Мы уже говорили, что у шестерых наших детей был экссудативный диатез. А это значит, что все они были предрасположены к заболеваниям, особенно к простудным (цитирую из популярной медицинской энциклопедии: "...экссудативный диатез проявляется в склонности ребенка.. к частым воспалениям дыхательных путей, заболеваниям желудочно-кишечного тракта, нервной возбудимости и пр."). Ничего себе "повезло на здоровеньких"... Даже не представляю себе, что бы из них вышло, если бы не нашли "профилактические" меры, предпринимаемые с младенчества.

Говорят нам и так:

- Это вы смелые, потому что вас ни разу еще не прихватило как следует. Вот стрясись что серьезное, сразу откажетесь от своих "снежных процедур".

Стряслось - не отказались. Вот как это было. Случилась у нас в семье пневмония - за 17 лет первый раз, у двухлетней Любочки - осложнение после гриппа. Не уследила я, с температурой отпустила гулять совсем налегке, как всегда, а погода была осенняя, промозглая... До сих пор вспоминаю с ужасом, как она в беспамятстве лежала у меня на руках в приемном покое больницы, как мы долго уговаривали дежурного врача положить и меня вместе с ней в палату, как я не могла никак уйти от больничной двери и как подкашивались у меня ноги, когда я спозаранку пошла узнавать: как? что? Состояние дочурки было тяжелым, несколько дней все мы жили от одного посещения больницы до другого... Да что говорить - каждый, у кого тяжело болел ребенок, пережил то же. А мы с этим столкнулись впервые. Вот когда я поняла по-настоящему, каково это, когда болеют дети... Наконец дочку выписали. И конечно, первые дни мы боялись на нее дохнуть.

- Уж теперь небось не пустите ее по снегу босиком? - спрашивали у меня.

- Пущу обязательно, - говорила я, - потому что не хочу, чтобы это повторилось. - Но, говоря так, я еще не знала, как я это буду делать.

Что же вышло? Вот отрывки из дневника:

31.10.73 г. "Любу выписали из больницы".

2.11. "Повысилась температура до 38,50"

9.11. "Впервые после болезни минут 20 бегала босиком по полу и сопротивлялась надеванию рубашки".

17.11. "Заболела снова. Температура 38,50, мелкая сыпь: коревая краснуха".

3.2.74 г. "Люба снова бегает по снегу босиком!"

Со времени выписки из больницы прошло три месяца, всего три! Но для того, чтобы уже на девятый день после выхода из больницы "сопротивляться надеванию рубашки", надо было, чтобы Любаша намного раньше уже испытала радость и удовольствие от хождения в одних трусиках. Значит, и тут выручила наша "голопрофилактика" - раннее закаливание без закаливающих процедур.

Без лекарств

Б. П.: Напомню, что, избавившись от простудных заболеваний, мы избавились примерно от 90 процентов всех детских болезней. Осталось лишь 10 процентов, в основном грипп и детские инфекционные болезни. Их наши ребята обычно переносят легко - без лекарств и лечебных процедур, иногда и без повышения температуры. Высокая температура держится день-два, мы ее не стараемся искусственно сбить ни аспирином, ни другими лекарствами, потому что считаем, что организм должен сам бороться с болезнью, от этого иммунные силы его растут. Так и выходит: болезнь протекает бурно, остро, выздоровление наступает быстро и, как правило, без всяких неприятных последствий и осложнений - мы это заметили уже у первых малышей и совершенно отказались не только от самодеятельного пичканья детей лекарствами, но даже и врачей просим не выписывать их, особенно антибиотиков, все равно мы их не даем.

Л. А.: Как-то Антон, отыскивая анальгин (попросил дедушка), устроил "ревизию" в нашей аптечке - вывалил все ее небогатое содержимое на стол, начал копаться в пестрых пакетиках и коробочках и вдруг... расхохотался:

- Мам, да ты посмотри - у нас тут все лекарства десятилетней давности!

Я даже не поверила. Но он мне показывал одно лекарство за другим: срок годности истекал в 1966, 1967, 1968 годах. А шел

уже 1977-й! Я припомнила: тогда года полтора жила у нас бабушка Валя, которая часто прихварывала, вот и остался от нее в наследство весь этот лекарственный "запас".

Так, значит, совсем не лечим? Нет, лечим: постель, малиновое варенье, чай с лимоном, мокрая повязка на лоб, горячее молоко с медом, если хочется есть, что-нибудь любимое, нет аппетита - насильно ничего не даем... Что еще? А еще... сказки или какие-нибудь веселые истории, которые мы читаем или рассказываем больному по очереди.

Иногда ребятишки шутят: "Поболеть бы немножко: все за тобой ухаживают, книжки читают, варенье дают - хорошо!"

Ну, конечно, бывают случаи и сложные, когда не до сказок, не до шуток. Я уже рассказывала о том, как болела пневмонией Любаша. Перенесла операцию по поводу аппендицита девятилетняя Юля. С подозрением на дизентерию пролежал в больнице двухлетний Алеша. Особенно горько было нам, когда во второй раз в больницу, уже школьницей, попала Люба - снова пневмония. И опять вина тут была моя, а вернее моя постоянная сверхзанятость (матери так нельзя!): не выдержала ее в постели, не вылечила до конца грипп, а повторно заболеть пневмонией оказалось куда проще.

Подведем некоторые итоги. Из семерых детей за 18 лет побывали в стационаре лишь трое, всего четыре раза. Вызываем мы врача на дом и обращаемся в поликлинику по поводу болезней всех семерых до семи-восьми раз в году, хотя по существующим статистическим "нормам" наша семья должна бы беспокоить врачей только из-за детских болезней до ста раз в году. А у нас были годы, когда совсем не было необходимости обращаться к врачу.

Однажды из-за этого даже конфуз получился. Пошла я записывать кого-то из младших на прием к зубному врачу. Прихожу в поликлинику, иду в регистратуру...

- Мы здесь детей не обслуживаем, идите к детскому врачу, - сердито сказали мне из окошечка.

- А где он принимает?

- Да вы что, не знаете, где у нас детская консультация? - удивилась регистраторша. - Приезжие, что ли?

Мне было и неловко и смешно. Больница вот уже два года была размещена в новом здании, а я попала сюда только первый раз. К этому можно еще добавить, что бюллетенила я из-за детей в течение 17-18 лет всего шесть-семь раз, хотя годовым отпуском после рождения ребенка ни разу не пользовалась, то есть выходила на работу сразу по окончании декретного отпуска, когда малышу исполнялось не больше трех месяцев. Мне не

страшно было: ребятишки росли здоровыми, и мы с отцом могли спокойно работать и справляться со всеми своими многочисленными обязанностями.

Нас спрашивают: а если ребенок часто простужается?

Л. А.: Вполне возможно, что, увидев в оглавлении такой вопрос, вы откроете нашу книгу как раз на этой странице - слишком уж это больная проблема для многих родителей: как закалить ребенка, подверженного простудам, уже привыкшего к постоянному перекутыванию?

Раньше в ответ на подобный вопрос мы только руками разводили: "Нет у нас такого опыта, не имели мы дела с изнеженными детьми, поэтому не можем предложить методики их закаливания. Мы представляем, как не доводить ребенка до такого состояния, но как вывести из него, не знаем". Мы говорили и видели такие разочарованные лица, такие огорченные глаза, что... не выдерживали этих взглядов и пытались хоть как-то подбодрить - ничего, мол, не отчаивайтесь! - и даже пробовали давать какие-то не очень вразумительные советы.

Со временем мы почувствовали, что уходить от этого вопроса нельзя, что надо собрать все, что мы знаем, что наблюдали, что сами испытали, и рассказать об этом.

Это не инструкция, не методика (мы не специалисты, чтобы их давать), это опыт. Мы будем рады, если он хоть немного вам поможет.

Самое трудное - преодолеть собственную свою боязнь и приобрести какую-то долю уверенности в том, что ваши усилия обязательно приведут к успеху. Некоторым в таких случаях помогает психологическая подготовка: какое-то время надо отдать на чтение, размышление, на обсуждение с близкими (чтобы не было раздоров и разногласий!), как перестроить общий уклад жизни. Это неизбежно, ибо одними закаливающими процедурами, не изменяя условий жизни ребенка, едва ли можно добиться значительных сдвигов.

Если вы, допустим, начнете водные обтирания и обливания, но при этом на прогулку будете своего сына снаряжать по прежнему как на северный полюс, а дома будете опять бояться лишний раз открывать форточку и не снимете с него колготок и теплых рубашек, то толку от такого "закаливания" не будет.

Опыт подсказывает, что не довеском, не добавкой должно

быть закаливание, а изменением всего образа жизни, приближением его к более спартанскому, не изнеживающему, а закаливающему как бы само собой - в этом, по-нашему, должна состоять ваша конечная цель.

С чего можно здесь начать? Нужно, например, отказаться от высказываний типа: "Не подходи к двери - простудишься", "Не пей холодную воду - горлышко заболит", "Мороженое тебе нельзя - кашлять будешь", то есть вообще отказаться от упоминай болезней при ребенке - не пугать его ими, не предполагать, что они у него обязательно будут. Хорошо бы дальше научиться говорить вместо: "Оденься теплее! Повяжи шарф! Надень еще одни теплые носки..." - хотя бы так (как бы советуясь с ребенком, предоставляя ему право решать самому): "Ну, что мы сегодня наденем? На улице морозец, но несильный, симпатичный такой мороз. Стоит или не стоит еще носочки надеть?" Если малышу захочется надеть поменьше одежек, похвалите его - это уже победа.

Легче всего начинать с освобождения от одежды в комнате. Причем начинать не ребенку, а... самим взрослым. По собственному опыту знаем, что давление на малыша ни к чему хорошему привести не может, если он сам не будет стремиться к тому же, чего хочется и его родителям. Вся задача поэтому, на наш взгляд, и сводится к тому, чтобы возбудить у самого ребенка желание полегче одеться, снять одну из двух рубашек, надеть носки вместо колготок, а потом и ступить на пол босичком. Может быть, первым покажет пример отец (а мама его похвалит) или мать (тогда папа порадуется за нее). Главное, чтобы было понятно, что это хорошо. Но к самому малышу не следует при этом приставать с упреками, мол: "Что же ты, смотри, какой папа молодец, а ты..." Зато первую же его попытку: "А я тоже хочу..." - встретить одобрением: "Молодец, ты совсем как папа!"

То же самое можно проделать и с водными процедурами: во время купания сначала не ребенка обливать прохладной водой, а кому-нибудь из взрослых самому облиться: "Эх, хорошо, приятная водичка!" А у малыша спросить: "Хочешь?" Не захочет - отложить раз-другой, а захочет, то облить его действительно приятной (не слишком холодной!) водой да похвалить его при этом. А потом растереть досуха, приговаривая что-нибудь веселое, вроде:

Отчего течет вода
С этого младенца?
Он недавно из пруда -
Дайте полотенце!

А в следующий раз пусть малыш сам определит, какой водой его облить: потеплей или похолодней... как папа? Эта маленькая хитрость, как правило, действует безотказно: малышу очень хочется быть "как папа, как мама". Значит, нам самим - ничего не поделаешь! - надо становиться все лучше, а заодно бодрее и веселее. Радость и смех малыша, его "Еще, еще!" - вот ключ и к успеху и гарантия того, что все идет нормально.

Ну а если вдруг снова насморк? Встретьте его без уныния и паник, даже, если сможете, с шуткой:

- Это из тебя, наверное, распоследние простудинки вытряхиваются - пусть, не страшно.

Очень важно внушить ребенку (и себе) уверенность в том, что он очень здоровый, крепкий и никакая хворь ему не страшна.

Б. П.: Вот еще одно важное наблюдение: переход к новому укладу жизни не должен быть слишком резким и "волевым": необходима известная постепенность, зависящая в основном от настроения и успехов самого ребенка. Но и затягивать этот переход не надо. Видимо, месяц-полтора, не больше двух - самый подходящий для этого срок. За это время организм может уже в основном приспособиться к новым условиям - это одно. А другое вот что: ребенок не может долго на чем-то сосредоточиваться, а здесь надо воздействовать на его психику, настроить его на иное восприятие жизни. Это следует делать насыщенно, в темпе. Лучше всего воспользоваться для этого летним отпуском и дачными условиями, когда можно пустить в ход сразу три закаливающих фактора: солнце, воздух, воду. И не забыть еще одно, чрезвычайно важное - движение, движение, движение: не лежать, а ходить, не ходить, а бегать, не перешагивать, а перепрыгивать, не сидеть в гамаке, а... лазить по какому-нибудь развесистому дереву... - обо всем этом мы расскажем в следующей главе, а пока придется остановиться еще на одном вопросе, с которого обычно начинают, когда говорят о здоровье, а мы, наоборот, отодвинули его в самый конец.

"Проблема" питания

Л. А.: То, что мы поставили слово "проблема" в кавычки, разумеется, не означает нашего пренебрежительного отношения к этому важному вопросу. Забота о питании всегда будет для человечества первостепенной, а для любой семьи, безусловно, значительной. Мы имеем в виду другое: в проблему превращают

нередко то, что, по нашему мнению, проблемой вовсе не является. То и дело матери жалуются: "Совсем ничего не ест, прямо измучилась. Только со слезами да с уговорами едва-едва полпорции впихнешь в него, и все. Что делать?" Вот и "проблема": как впихнуть в ребенка его норму полезных, витаминозных, разумеется, калорийных, особо питательных веществ? И вот: индивидуальное меню, ежедневное разнообразие, чуть ли не ресторанная сервировка, отдельная от семьи торжественная трапеза с увещеваниями, спектаклями, угрозами: "Пока не съешь, не выйдешь из-за стола". Последнее хотя и не рекомендуется, но все же никак не исчезает из практики этого "священного действа". Так бывает в детских садах, в школах, что уж говорить о семьях. Даже стихи и сказки сочиняются с таким "гвоздем морали": хорошая девочка Маша здоровая и веселая потому, что она съедает весь обед, а плохой мальчик Вася - хилый и слабый, потому что не любит манной каши.

Мы считаем это не только совершенно противоестественным, но даже без нравственным, потому что все эти усилия вызывают в конечном счете если не отвращение, то пренебрежение к еде, результату огромного труда многих людей.

Одно лето трое наших ребят отдыхали в пионерском лагере. Вернувшись, они с возмущением рассказывали мне, как много хорошей еды оставалось на тарелках; ее трижды в день собирали в огромные кастрюли и скармливали свиньям или даже выбрасывали. Вот где проблема без всяких кавычек: как стало обычным, привычным, незаметным такое безобразное расточительство, по существу, настоящее нравственное преступление? А начинается-то все с невинного: "Съешь за маму, съешь за папу", "Ну еще хоть немножечко!"

Даже если подойти к еде с чисто физиологической стороны, и то, кроме вреда (перекорма, ожирения), ничего не выходит из этого насильственного вскармливания по раз и навсегда установленным нормам. Ведь желание есть зависит от многих причин, главная из которых, на наш взгляд, элементарна: человек должен проголодаться. И все, и никаких сложностей. У нас в семье эта проблема и не возникала, потому что: "Хочешь - ешь, не хочешь - не надо, но уж до следующей еды никаких кусков". Исключения, конечно, бывают, особенно для малышей, но уговаривать и охать по этому поводу никому даже и в голову не приходит. В результате у всех ребят отличный аппетит, не нуждающийся, кстати сказать, ни в специальной психологической подготовке, ни в изысканной сервировке, ни в специальных блюдах.

На последнем придется остановиться подробнее. Сколько раз

мне приходилось и читать и слышать о том, что детям необходимо отдельное меню, соответствующее их возрасту. И всякий раз это вызывает у меня недоумение и грустную улыбку: на кого рассчитаны эти рекомендации? Можно подумать, что в каждой семье есть повар, или кухарка, или, по крайней мере, освобожденная от всех иных дел бабушка. Даже если в семье двое детишек, годовалый и пятилетний, то уже следует готовить каждый раз три варианта разных блюд: маленькому отдельно, старшему соответственно тоже, а взрослым тоже что-то свое. Некоторые женщины пытаются это делать и...

- Ох эти разносолы - все свободное время у плиты торчу! - жаловалась мне одна знакомая. - Больше ни на что времени не хватает!

Когда же я в ответ заикнулась: мол, можно бы и попроще, она удивилась:

- Щи да кашу? Ха-ха! Не то время. Мои мужики (у нее муж и пятилетний сын) каши какие-нибудь и видеть не хотят. Мясо жареное подавай, а сыну котлетки домашние или курочку...

- И подаешь? - спросила я не без иронии.

- А как же! У меня не семеро по лавкам, во всяком случае, на нормальное питание хватает, - не удержалась от колкости и она.

Мы не поняли друг друга. Ей было жалко моих детей, которые "не могут нормально питаться", а мне было грустно по другой причине: у этой мамы все время и силы уходят на питание, а на воспитание уже ничего не остается.

Я предпочла иное: как только возможно, высвободить время для воспитания, для общения с детьми. За счет питания? Нет. Просто попыталась найти рациональное решение этой непростой житейской задачи. Итак, дано: очень мало времени, не очень много средств и семь-восемь и более человек от мала до велика. Требуется: всех накормить вовремя, досыта и доброкачественно.

Решение задачи.

Учитываем, что доброкачественность пищи далеко не прямо пропорциональна дороговизне продуктов и обратно пропорциональна длительности их тепловой обработки. Берем самые разные овощи, крупы и... покупаем скороварку.

Учитываем далее, что в семье есть малые дети, которым острые блюда, копчености, жирное мясо, костистая рыба и избыток сладостей ни к чему. Удаляем все это из общего рациона.

Учитываем, кроме этого, что существует множество продуктов (особенно молочных!), уже готовых к употреблению: молоко, творог, кефир, сыр, сметана, сливочное и растительное масла, мед. Эти продукты - по возможности и по желанию каждый день.

Наконец, фрукты. Вволю дороговато, приходится делить понемногу на всех (обязательно на всех, не только детям!) Кроме того, есть ведь и сухие фрукты. Вы думаете, недостаточно? Фруктов, может быть, да. Но витаминов? Заморские апельсины, например, можно вполне заменить сладкой, сочной (и дешевой!) отечественной морковкой, а вместо дефицитных мандаринов всегда можно сделать великолепный салат из свежей капусты с зеленым луком и горошком.

Что в результате: овощные и крупяные супы, борщи чаще на мясном бульоне, всевозможные каши (манная - одна из любимейших), картошка во всех видах: от печеной в мундирах до жареной; особенно любимы тушеная с мясом и пюре макароны с сыром, творогом, сметаной, изюмом, жареным луком, капуста, винегрет, рыба, рыбные консервы (там есть размягченные косточки, необходимые для профилактики кариеса). Ну и, конечно, хлеб, молоко, молочные продукты. Праздничные блюда: фруктовый сок, пельмени и пироги с самыми разными начинками, печенья собственного изготовления, торты, конфеты.

Задача, считаю, в основном решена: времени, сил, средств - минимум, но еды вдоволь, она хоть и без разносолов, но свежа и разнообразна. И все-таки одна загвоздка есть: как же быть с разными возрастами?

Открою два секрета, которые мне помогли решить и эту проблему. Об одном я уже упомянула: мы приблизили общий стол к детскому рациону, то есть исключили до поры до времени все, что детям неполезно (а оно, как оказывается, неполезно и взрослым), следовательно, такая перемена получилась никому не в ущерб.

Вторым было вот что: за стол мы всегда садимся всей семьей, отдельно я (кроме грудных, разумеется) никого не кормила, хотя частенько брала на колени к себе самого маленького и за общим столом давала ему попробовать то, что ему было "по зубам": ложечку бульона, пюре, киселя, каши - из того, что ели все остальные. Постепенно малыш пробовал самую разнообразную еду и никаких трудностей с переходом к новой пище у нас с ним никогда не возникало. Ребенок легко привыкал к любой новой для него еде, наверное, потому, что начинал с самых маленьких порций и ел сколько ему хотелось. Все это полностью освободило меня и от специального приготовления пищи для ребенка, и от траты времени на его отдельное кормление. Это оказалось очень полезным и еще в одном отношении. Малыша за общим столом намного легче было приучить к опрятности и умению пользоваться чашкой, ложкой, вилкой, хотя опять-таки специального времени это обучение у нас не отнимало - все шло

"между делом". При этом я сама вполне успевала нормально, не торопясь, поесть, потому что обслуживанием за столом уже не занималась - это обеспечивал кто-нибудь из семьи. Малыш - сидел ли он у меня или у папы на коленях, или, позже, на своем высоком стульчике - был постоянно под наблюдением взрослого. Это оказалось очень важно в самом начале - тогда было сравнительно нетрудно приучить ребенка к правильному поведению за столом и не приходилось его потом долго и нудно переучивать.

Со временем мы четко поняли, что первая же попытка швырнуть на пол ложку, размазать кашу или хлопнуть рукой по киселю должна быть строго пресечена: можно отодвинуть еду, отобрать ложку, даже высадить из-за стола. Первая же! А если надо, и вторая и третья. Тогда дальше будет легко. Если же начать уговаривать или наказывать после десяти размазываний, на которые не обращали раньше внимания, то скандалов, капризов и нервотрепок не избежать. Думаю, с самого начала должно быть несколько четких запретов: нельзя ничего разливать и пачкать, нельзя крошить, бросать хлеб и играть с ним, нельзя (для детей постарше) оставлять после себя объедки, куски хлеба, еду на тарелке. Для этого мы всегда спрашиваем: сколько положить? Если малыш не рассчитал и никак не может справиться, отложим: "Доешь потом". Иногда ему могут помочь папа или мама. Но выбрасывать - ни-ни, это преступление!

Когда приходила пора (у нас это было в 1 год - 1 год 3 месяца) и ребенок сам тянулся за ложкой - не для игры, а чтобы попробовать ею есть, мы давали ему ложечку, маленькую, удобную для него. Но давали (в первый же раз!) правильно, не в кулак и не в щепоть, а как полагается, и придерживали его непослушные пальчики своей рукой. Фактически на первых порах приходилось держать ложку вместе с ним и помочь ему донести кашу не в ухо, не к щеке, а в ротишко. И так изо дня в день может пройти целая неделя. Приходилось набираться терпения. Затем мы постепенно пробовали отпускать ручку малыша. При этом каждый раз давали ему ложку только правильно, следили за тем, чтобы он иначе ложку во время еды не брал. И не ругали за неудачу, а хвалили, когда получается. А уж когда малышу удавалось самому съесть несколько ложек каши (я ее варила не слишком жидкой для начала), то мы устраивали даже маленький праздник: дарили, например, ему особую ложку с его инициалами.

На все эти "мелочи" у взрослых часто не хватает терпения и умения (хотя ссылаются они при этом на нехватку времени), а это как раз не мелочь - в этом тоже рождается самостоятельность.

Надо обязательно помочь этому важнейшему процессу в развитии ребенка, не пожалеть на это времени, не прозевать самые первые его проявления ни в чем - это сторицей окупится потом.

Что-то у меня получается все не про здоровье, а про другое, совсем с ним и не связанное.

Б. П.: Ну и что же, в конце концов, ведь мы же писали еще в первой своей брошюре "Правы ли мы?", что не согласны с поговоркой: "Слаб, потому что мало каши ел". Это тогда, когда люди голодали, она отчасти была справедливой, да и то только отчасти. И сила и здоровье куда больше зависят совсем от другого. К этому мы сейчас и перейдем.

Наша спортивная комната

Мы знали, что с ростом благосостояния и комфорта городской жизни объем и напряженность физической деятельности взрослых и особенно детей упали значительно ниже оптимальной дозы, необходимой для нормального развития, что гипокинезия и гиподинамия становятся болезнями века и причиной многих, особенно сердечно-сосудистых заболеваний. Мы попробовали противостоять этой тенденции века и стали - в меру своих возможностей - менять условия и уклад нашей семейной жизни так, чтобы не только максимально удовлетворить потребность детей в движении, но и развить у них эту потребность. Этому чрезвычайно помогло то, что мы не побоялись сделать спортивный уголок в единственной комнате, где жили тогда вместе с двумя детьми. Мы еще не знали, что спортснаряды совершенно необходимы не только в комнате, но и в детском саду, во дворе, в детских парках, на пляжах - везде, где есть дети, потому что это одно из эффективнейших средств для удовлетворения потребности ребенка в движении, необходимом для его развития. Когда мы впервые купили детский спортивный набор (кольца, трапеции, качели), нашему старшему сыну было всего два года, а второму полгодика. Мы и не предполагали, что эти "два кольца и два веревочных конца" станут первым шагом к нашей будущей спортивной комнате, к универсальному домашнему спорткомплексу В. Скрипалева, который сумел на 3,5 квадратного метра своей городской однокомнатной квартиры разместить одиннадцать спортснарядов и тем самым подарил своим детям радость движения, а значит, силу, ловкость, здоровье...

Многие говорят: "Вот и надо все эти спортивные сооружения устроить в детских садиках, в школах, во дворах, наконец. Но в комнату?!" В том-то и дело, что если спортснаряды есть дома, то малыш начнет использовать их как можно раньше - как только будет к этому готов. Такое своевременное начало нужно не только для физического, но и для умственного развития ребенка. Важно и то, что дома при одном-двух малышах есть как минимум один-два взрослых или старших - есть кому поучить, подстраховать на первых порах. В яслях это обеспечить труднее. И еще: в комнате спортснаряды всегда доступны, поэтому позволяют малышу постоянно чередовать разные занятия, обогащать любую игру движением, сочетать с физической нагрузкой умственную, разнообразить сферы деятельности - не по запланированной программе, а по потребности. Очень важный момент, на котором мы позже еще остановимся.

Когда мы перешли жить в новый дом, то прежде всего самую большую комнату оборудовали как спортивную. Правда, здесь же на полках разместились игрушки, игры, куклы, строительный материал, но главными в комнате сразу стали спортивные снаряды. Вот их краткое описание:

Две разные по толщине перекладины, высоту установки которых можно менять по желанию в зависимости от роста ребенка.

Два шеста стальных труб. Один из них, упираясь в потолочную балку, служит опорой для перекладин. Другой проходит сквозь люк в потолке в мансарду и, "пронизывая" две комнаты, достигает высоты 5,7 метра.

Лесенка с перекладинами из дюралевых трубок. Она стоит вертикально у стены, но может легко сниматься и превращаться в мост, барьер, качалку, забор и даже "самолет" (если ее подвешивают на канатах).

"Лианы" - сделаны из кабеля и каната. Они протянуты от снаряда к снаряду так, что получается целая система "воздушных дорог", по которым можно передвигаться, не касаясь пола.

Гимнастические кольца - самый любимый детский снаряд. Они подвешены на веревках к потолочной балке. Специальное устройство ("восьмерка") позволяет легко и быстро менять высоту подвески колец.

Канат с узлами висят рядом с кольцами. Внизу к нему подвешена боксерская груша - сидя верхом на ней, очень удобно раскачиваться. Иногда мы подвешиваем вместо каната эспандеры, или резиновые бинты, или хорошо растягивающуюся вакуумную резину - для больших "лунных" прыжков, которые дети очень любят.

Вдоль стены выстроились "по росту" мешочки с мелкой галькой. На каждом из них четко обозначен вес - от 1 до 18 килограммов. Есть и маленькая штанга, сделанная из гантелей (вес до 15 килограммов).

Половину пола занимают два больших мягких матраца. На них идут схватки "борцов", занимаются "акробаты", делают свои асаны "йоги" и просто кувыркаются ребятишки всех возрастов.

Весь этот маленький спортзал находится в распоряжении детей с утра до вечера. Трудно вообразить, что происходит здесь, когда собираются все от мала до велика и всех обуревает спортивный азарт! Ребята переходят со снаряда на снаряд, упражнения следуют одно за другим, тут же придумываются и пробуются новые. У ребят есть свои изобретения и любимые упражнения - в каждом возрасте свои.

Самый маленький (месяцев в восемь-девять) начинает с того, что топчется вокруг шеста, а потом берется за кольца или перекладинку. Позже он пробует поджимать ножки, и когда ему удается провисеть несколько секунд, мы награждаем "спортсмена" аплодисментами - это уже большой успех, и ему радуются все.

Когда же ручки малыша окрепнут, он может не только висеть на кольцах, но и раскачиваться на них сколько сам сможет. В полтора-два года у наших ребят это получалось очень неплохо. Тогда же они овладевали сложным упражнением, прекрасно развивающим брюшной пресс, - подниманием ног из виса к перекладине или к кольцам. Если это получается хорошо, то следом уже пойдет и "лягушка" на кольцах, и вис на подколенках на перекладине и на кольцах вниз головой. Сильные руки позволяют рано овладеть подтягиванием, из которого получился впоследствии наш "колобок", когда надо, подтянувшись до подбородка, поднять к подбородку и колени и провисеть так сколько сможешь.

Постепенно ребята овладевают и разными элементами спортивной гимнастики. Годам к пяти-шести они могут "выйти в упор" на кольцах и сделать "угол в упоре", а на перекладине даже сделать "переворот в упор" - упражнение, которое дается с трудом многим новобранцам в армии. Чем крепче становятся малыши, тем больше им хочется двигаться и придумывать новые необычные движения на снарядах. Одно из любимых и самых распространенных детских упражнений - "вертолет": ребенок, повиснув на кольцах, вращается вокруг своей оси и скручивает веревки колец в жгут, а потом поджимает ножки и раскручивается в обратном направлении.

Самые крепкие, сильные и ловкие любят лазить по канатам и шесту, причем иногда изобретают свои способы лазания. Ваня,

например, в семь лет мог брать в левую руку мяч и взбираться по шесту до потолка с помощью ног и только одной правой руки. Если открыть люк, то можно проникнуть в мансарду таким оригинальным способом - без помощи лестницы, а прямо по шесту. А еще приятней соскользнуть через люк вниз, как пожарники по тревоге. Иногда, когда бывают гости, ребята затевают веселое представление с переодеваниями. Называется оно "Сколько у нас детей". Наверху в мансарде приготавливается ворох разной одежды, и каждый из ребятишек, натянув на себя очередной "костюм", соскальзывает вниз по шесту и, сделав реверанс, называет себя: Оля, Ваня, Аня и т. д. А затем по лестнице бегут наверх, надевают что-то другое, вновь скользят вниз и вновь "представляются": Петя, Соня, Коля... Они сыплются сверху друг за другом как горох, и скоро уже сбиваешься со счета: пятнадцать, двадцать, двадцать пять! Гости наши смеются: "Прямо и не сосчитать, сколько же у вас детей на самом деле?"

Рассказать об этом трудно, лучше хотя бы раз показать. Когда посмотрят фильмы "Правы ли мы?", "День в семье Никитиных", "Никитины", "Самый долгий экзамен" или когда побывают у нас дома да еще с малышами, которых потом силой приходится отрывать от "этих веревок и турников", тогда не спрашивают, зачем они, а просят: "Посоветуйте, где достать, как сделать?"

Л. А.: Правда, сначала некоторые пугаются: "Ой, упадет! Ой, надорвется!" - и спрашивают у меня: "Как вы можете на все это спокойно смотреть? Вы мать, неужели вам нисколько не страшно за детей? А вдруг..." И недоверчиво слушают мой ответ: "Что вы! Мне было бы куда страшнее за них, если бы всего этого не было. Ведь ребята благодаря такой спортивной обстановке становятся не только сильными, ловкими, но и очень осторожными".

Сила, ловкость и осторожность

Б. П.: У нас ни одной серьезной травмы у детей не было, хотя возможностей для этого у них больше, чем у других ребят. Увидев однажды, как я поднимаю турник под потолок, наша бабушка когда-то сделала прогноз:

- Уж ноги себе мальчишки обязательно переломают! Помяните мое слово.

Но прогноз не оправдался, хотя ребятишек вместо двух стало семеро, а спортснарядов прибавляется каждый год и дома и во дворе. И теперь мы уже уверены - вероятность травм у нас

ничтожна. Почему?

Конечно, ребята очень сильны. Шутка ли, ухватившись только одной рукой за турник, провисеть целую минуту или полторы. И значит, держатся они за снаряд очень крепко. Но, главное, они тонко чувствуют меру своих возможностей, то есть что им под силу, а что еще нет.

Вот устроили они в комнате "прыжки в воду" с разной высоты и поставили в ряд чемодан, скамеечку для ног, детский стульчик, стул, детский высокий стул, стол да еще и на стол поставили стул, так что вышла лесенка. Старшему из "прыгунов" пять лет, а младшей, Оле, еще нет двух. Спрыгнув с низенькой ступеньки на коврик (это "вода"), влезают на следующую - повыше - и опять спрыгивают. Оля внимательно следит за братьями, делает точно как они и вслед за ними поднимается после каждого прыжка все выше. Вот она спрыгнула с детского высокого стула и влезла на следующую высоту на стол. Но посмотрела со стола на пол и... не стала прыгать. Спустилась на высокий стул и тогда только прыгнула "в воду". Разница в высоте стола и высокого стула всего 12 сантиметров, но она ее хорошо чувствует и с высоты 65 сантиметров спрыгивает, а с большей уже нет, хотя братья тут же прыгают с высоты и 100 и 130 сантиметров. Вот это точное "чувство меры своих возможностей", развитое у наших ребятишек при занятиях на снарядах, и защищает их надежно от всяких неприятностей, а нам позволяет не бояться за них.

Мы уже рассказывали о том, как знакомили малышей с опасностями, как они учатся быть осторожными. Так и со спортснарядами - специальных занятий "по технике безопасности" мы не проводим, но и на самотек все не пускаем. Мы поступаем по-другому.

Вот картина, которую нам приходится наблюдать, когда у нас бывают гости с малышами.

Папа-гость подводит своего четырехлетнего сынишку к кольцам (а кольца висят высоко!) и без всяких опасений, подхватив его под мышки, поднимает к кольцам.

- Держись крепче! - советует он сыну, а тот еще не очень знает, как это - крепче. И отец, тоже не чувствуя, насколько крепко ухватился ребенок, еще и раскачивать его начнет.

Мы останавливаем увлекшегося папу:

- Так нельзя - малыш может сорваться! Ведь при раскачивании нагрузка на руки резко возрастает.

Сами мы делаем иначе, никогда не станем поднимать ребенка на такую высоту, до которой ему самому не добраться, а опустим ему кольца, чтобы он достал сам. И никто у нас не станет его раскачивать, пока он этому не научится сам. И никто не

упрекнет, если что-то еще не получается или выходит плохо. Но зато очень внимательно будут смотреть за малышом, когда он в первый раз подходит к снаряду.

Вот, допустим, влезает двухлетняя Оля впервые на вертикальную лесенку. Вверх взбираться ей легко. Видно, за какую перекладину надо ухватиться, а ножонки переступают следом за руками. Слезть же вниз малышке невероятно трудно. Опустит ногу вниз, а там ступеньку не находит. Посмотреть вниз еще не умеет... вот и критический момент. Как тут быть? Подойти и сразу снять дочку очень глупо. Она ничему не научится, никакого опыта не приобретет. Полезет завтра снова, и все повторится сначала (если не будет рядом взрослых, может и сорваться с лесенки, и сильно ушибиться).

Я стою рядом, но не снимаю дочку, а только подхожу поближе, чтобы поймать ее, если оборвется. И тут начинается "урок". Малышка пищит, ей страшно, ножонка никак не находит перекладины. Проходит полминутки, а то и минутка, пока ножка наконец нащупывает перекладину - не без моей помощи, если надо. Сколько неприятных переживаний и у меня и у дочки, зато завтра... О! Самое интересное будет завтра. Маленькая Оля обязательно полезет снова на эту злосчастную лесенку. Но, помня вчерашние неприятности, она влезет только на одну ступеньку вверх, победно посмотрит на меня и... тут же слезает на пол.

- Молодец, Оля! - радуюсь я. Так повторится много раз, и лишь потом она понемножку осмелеет и влезет на две, потом на три ступеньки. Вот так и учатся у нас ребята с первого же года жизни определять свои возможности и быть осторожными.

Л. А.: У детей здесь свои трудности, а у нас, взрослых, другие. Отцам чаще всего труднее избежать излишнего форсирования, понукания, подстегивания. А ведь давление на ребенка возбуждает у него либо страх, либо строптивость и, уж во всяком случае, сковывает, как бы парализует желание и волю самого ребенка. Вряд ли это приохотит малыша к занятиям. А вот матерям надо бы воздержаться от моментальной, часто преждевременной помощи при первой же трудности малыша. Знаю по себе, как это трудно, но нужно! Излишняя опека, "дрожание" над малышом, предотвращение малейших ушибов и любых падений порождают в нем нерешительность, несамостоятельность и неосторожность: ведь за него об опасностях думает мама!

Что же выходит: заставлять - плохо, опекать - еще хуже, а что тогда нужно, чтоб получалось? Радоваться, просто радоваться, когда малышу что-то удается, - это, по нашим наблюдениям, главный стимул для успешных занятий с ребенком. Самый

совершенный спорткомплекс не вызывает его интереса, не "срабатывает", если мы, взрослые, остаемся равнодушны к тому, что с ним делает ребенок, как у него получается.

Ну а если упал? А если неудача? Тогда мы утешим, конечно, вытрем заплаканные глаза, ободрим ("Не горюй, еще получится!"), но чуть позже того, как ему пришлось самому потрудиться, покряхтеть, даже поплакать от очередной неудачи. Я только всегда стараюсь избегать утешений такого рода: "Ах, какие нехорошие кольца, не слушаются Ванюшу". Я скорее скажу так: "Жаль, колечки хотели тебя покатать, а ты не сумел... Ну ничего, давай еще разок попробуем..."

А возрастные нормы?

Б. П.: На этот вопрос мы отвечаем иногда контрвопросом: разве есть нормы для того, сколько играть в куклы или в кубики, а сколько в подвижные игры? Да пусть играют сколько хотят!

Вот пятилетняя Аня и трехлетняя Юля друг за другом влезают на стул, со стула на стол, а оттуда спрыгивают на коврик и снова на стул, на стол...

- Когда им надоест прыгать? - спрашивает меня Лена, занятая шитьем.

- Я сейчас посчитаю, - начинаю я ставить палочки на полях своей тетради. И что же? Они остановились после 72-й отметки. 232 прыжка "лягушкой" сделал почти подряд двухлетний Ваня, осваивая понравившийся ему способ передвижения по полу, 500 приседаний сделал как-то пятилетний Антон ("Я бы больше мог, да обедать позвали", - говорил он потом). По 10-15 минут малыши могут не слезать с каната, с боксерской груши (они любят "садиться верхом" и качаться на ней), колец, турников. Оказывается, пол - это "вода", и там можно "утонуть", поэтому все перемещения происходят по воздуху.

Вы видите, что мы почти полностью положились здесь на малышей и не пожалели: они сами тонко определяют границы, полезные для организма. Просто поразительно, как долго, без устали, ребята могут повторять одно и то же упражнение. И не менее удивительно, что бывают целые дни, когда никто из них ни разу не подойдет к спортснаряду. Как же устанавливать какую бы то ни было норму для их занятий? Кто, кроме них самих, сможет определить их ежедневную, ежечасную, сиюминутную потребность в движениях, их возможности, их оптимальную нагрузку? Никто! Ни единый, самый опытный тренер в мире, по-моему, не сделает это лучше самого ребенка. Так почему же и здесь не довериться природе? Так мы думали, так сделали, и ни разу нам не пришлось об этом пожалеть.

Если ребенок, например, долго бежит, он просто устанет, и

бежать дальше ему будет неприятно. Сработает чувство усталости, и он отдохнет. Перегрузка, таким образом, возможна только там, где ребенка заставят бежать против его желания или делать что-то через силу. В игре такого не бывает, значит, игровая обстановка - надежная защита от перегрузок, в том числе и силовых. Вот лежат у нас в спортивной комнате мешки с мелкой галькой самого разного веса - 1, 2, 3, 4, 5... 15 килограммов. У них удобные мягкие рукоятки сверху и снизу, их можно брать и одной рукой, и двумя, поднимать и носить одному и вдвоем. Ну а если малыш ухватится за тяжелый мешок, который ему не по силам? Мы такую картину наблюдали часто. Старшие строят какую-нибудь крепость и просят младших: "Тащите сюда все мешки!" Малыш хватает сначала первый попавшийся мешок, но если тот от его усилий даже не шевельнется, то малыш его тут же бросит и схватится за другой, третий, который наконец "поддастся". Тут, видимо, тоже происходит стихийное определение своих возможностей, нужное для жизни во многих случаях.

Как-то устроили ребятишки соревнования - тоже игра, родившаяся после просмотра выступлений штангистов в Монреале. Вместо штанги все те же мягкие мешки с галькой. "Радиокомментатор" Юля сообщает через рупор: "Мастер спорта Ваня, из команды СССР, поднимает вес 12 килограммов!" А поднимать над головой начинают сначала легкие мешки, а потом доходят и до "личных рекордов". Вот уже мешок в 14 килограммов "мастер спорта Ваня" сумел только "взять на грудь", а поднять над головой ему не удалось. Напряжения при этом максимальные, до предела возможностей, но так как они бывают очень часто и испытываются и в годовалом, и в двухлетнем возрасте, и позже, то не только не опасны, но - мы считаем - очень полезны. "Науке известно, что наиболее выгодный режим для полноценной функции организма - приближение к его максимальной нагрузке" - так пишет в своей статье "Здоровье и счастье детей" член-корреспондент АМН СССР С. Долецкий. Наверное, поэтому развитие силы у наших ребят идет гораздо быстрее, чем при небольших нагрузках, а кроме того, крепче становятся не только их мышцы, но и связки и кости. Видимо, поэтому пятилетняя "медсестра" Любочка может носить на спине "раненых" Ваню и даже Юлю, весящую на 10 килограммов больше "медсестры". Мы теперь убеждены, что защищать ребенка от нагрузок, как это часто делают мамы и бабушки, опасаясь надрывов и ушибов, - это значит, наоборот, подготавливать почву для всяких неприятностей вроде переломов, растяжений и других травм.

Л. А.: Я не стала бы ополчаться только на женщин. На то мы и есть мамы и бабушки, чтобы охранять и защищать, - в этом наша биологическая и социальная потребность, даже обязанность. Ну, бывает, перестраховываемся, перебарщиваем в опеке, но ведь это от излишнего старания. А может быть, еще от того, что не хватает сейчас в семьях мужского "противостояния" нашему женскому охранительному воспитанию? Мне самой иногда бывает трудновато в первый раз смотреть на некоторые новые упражнения, которые изобретают ребята при непосредственном участии отца, нашего главного спортивного заводилы. А вот смотрю и думаю: "Да, уберечь, да, защитить - это, в общем-то, нетрудно, а вот дать хорошую нагрузку я бы, пожалуй, не решилась. Спасибо папе: он может".

Результаты радуют

Б. П.: Для определения результатов необходимы критерии. В детских садах и школах оценка физического развития детей "производится на основании данных измерения роста, веса и окружности груди" (из книги "Родителям о детях", Л., 1975, с. 92).

Вот по этим критериям наши ребята средние, некоторые даже ниже среднего - так и записано в их школьных медицинских картах. И верно: никто из них не достиг современных акселеративных норм "привеса" и "прироста". Но нас это не пугает, а, наоборот, радует, так как "из вредных влияний акселерации необходимо отметить нарушение осанки, тенденцию к астенизации, увеличение заболеваемости ревматизмом и проявление его в раннем возрасте, более частые гипертонии у подростков" (Усов И., Мазо Р. Пособие по педиатрии для врачей. Минск, 1969, с. 13) и сокращение общей продолжительности жизни (установлено в экспериментах на животных).

Если же судить по другим критериям, по которым тренеры отбирают детей в спортивные школы и секции (сила, скорость, гибкость, ловкость, выносливость), то тут картина будет совсем иная: наши ребята во многом опережают своих более рослых сверстников. Эту разницу мы обнаружили довольно рано. Сначала сравнивали с книжными данными. Читаем, например, в книге для родителей, что умение бегать в три года только начинает формироваться: у малыша в это время еще нет "фазы полета", это скорее быстрый шаг вперевалочку, а не бег. И удивляемся: наши трехлетки легко и по-настоящему бегают. Они запросто

спрыгивают со стола на пол, в то время как с высоты 70 сантиметров разрешается спрыгивать только семилетним. Или, например, сказано, что бегать наперегонки 6-летнему можно на 30 метров, а ходить на прогулку - не более 500 метров. А у нас уже трехлетние могут бежать рысцой и 2 и 3 километра, не отставая от меня, даже если я иду полным шагом и быстро. Что же касается 4-5-летних, то те в турпоходах проходят до 2О-25 километров в день и поражают нас своей неутомимостью. На привале взрослые с наслаждением прилягут под деревом и вытянут усталые ноги, а ребятишки снимают рюкзаки и тут же начинают игру в салочки или отправляются "на разведку" незнакомой местности.

Нас удивило такое расхождение книжных норм с действительностью. Мы увидели, что возможности детей гораздо больше наших представлений о них. Но как их измерить? Как найти такие критерии, которые позволили бы сравнить уровень развития детей, разных по возрасту, по росту, по весу? Задача оказалась сложной. Но в первом приближении мы ее все-таки, думаю, решили. Правда, вначале мама немного подтрунивала над моими многочисленными таблицами, разной "цифирью", но вскоре убедилась, что без этой "цифири" невозможно было бы ничего объективно определить, сравнить, оценить. Ведь сказать просто: "Сильнее, быстрее, выше" - это значит мало сказать, поскольку неизвестно: насколько сильнее, насколько быстрее. Я попробовал найти такие критерии, которые позволили бы это "насколько" определить.

Главный из этих критериев, конечно, сила. И прибор для ее измерения известен - это становой динамометр, который показывает, какой максимальный груз человек может оторвать от земли. Малыши с удовольствием "измеряют силу" по многу раз, но... принимают для этого удобную позу. Они как грузчики и штангисты, когда надо показать максимальный результат, не сгибают спины. Мы назвали этот показатель: "максимальный груз, который может оторвать от земли человек в наивыгоднейшем положении". Но мерить этот груз мы стали не только в килограммах, но и в собственных весах, то есть делили этот груз на вес самого ребенка.

И вот что оказалось: трехлетний городской малыш может оторвать от земли груз, равный в среднем его собственному весу, а шестилетний - полуторному "собственному весу". Наша 5-летняя Люба уже отрывает 2,5 своих веса, а старшие 2,8; 2,9; 3,1, то есть в среднем около 3. Видимо, потому они могут носить друг друга на спине, даже младшие старших.

Но сила - это, так сказать, статический показатель. И чтобы

охарактеризовать динамические возможности ребенка, я взял за критерий максимальную скорость, какую малыш развивает в беге (на 30 метров с ходу). При этом скорость бега я стал измерять не в метрах, а в своих ростах в секунду (р/с). Тогда оказалось, что можно сравнивать "беговые способности" ребятишек разных возрастов. Победителем при таком подсчете может оказаться не самый старший и не самый рослый, а самый быстрый, а им может быть и самый маленький по росту.

Оказалось, что дети пяти-шести лет в среднем бегают со скоростью 3 р/с, а наши в том же возрасте - 4 р/с, а к семи-восьми годам скорость вырастает до 4,5 р/с. В девять лет у Ани этот показатель был равен 5,2 р/с. Конечно, мне захотелось определить этим же способом скорость бега наших мастеров спорта. Она оказалась в среднем 4-5,4 р/с (у олимпийского чемпиона В. Борзова - 5,48 р/с), то есть оказалась... соизмеримой со скоростью наших ребят. Это было неожиданно: ведь специальных тренировок мы с ними не проводим, и сами они регулярно бегом не занимаются, а результаты высокие. Наверное, тут сказалось то, что они много и с большим удовольствием двигались.

Чтобы иметь подобные объективные данные, три-четыре раза в год мы проводим измерение "уровня физического совершенства" ребятишек почти по 20 разным показателям. Из них можно увидеть, что уже в 4-5-летнем возрасте малыши умеют подтянуться до подбородка на перекладине (7-летний Ваня, например, может сделать это 11 раз подряд, а 10-летняя Юля - 14), в три-четыре года - влезать по вертикальному металлическому шесту на высоту 4-5 метров (старшим на это требуется 6-10 секунд). Из виса на перекладине 5-6-летние могут до 40-50 раз подряд поднять ноги вверх и коснуться ими рук. Могут целую минуту или даже полторы провисеть на турнике, держась за него одной рукой, и т. п. Нет надобности перечислять здесь все измеренные нами показатели, и невозможно показать, к сожалению, имеющиеся у нас сравнительные данные развития наших детей и их сверстников. Скажу только об одном важном наблюдении: наилучшие результаты в спортивных соревнованиях показывают, как правило, те самые дети, у которых в школьных медицинских картах в графе "физическое развитие" написано "среднее" или даже "ниже среднего". Разве это не обидно?

Дети пошли в школу и...

Конечно, в их жизни многое изменилось, как и у всех детей. Впрочем, контраст между домашней и школьной жизнью для наших ребятишек оказался даже больше, чем у других: вместо легких трусиков - тяжеловесная школьная форма, вместо игры - уроки, вместо вольного чередования занятий - строгое расписание.

- Вы совсем не готовите детей к школе, - огорчалась бабушка, - им будет очень трудно привыкать к школьным требованиям и дисциплине.

А нас тревожило другое: каково будет усидеть за партой нашим непоседам? Чему-чему, а усидчивости мы от них никогда не требовали, наоборот, всегда поощряли движение, движение, движение...

Представьте себе, это-то как раз их на первых порах и выучило! Здесь нет противоречия. Парта, конечно, их утомляла, но привычная жажда движений, развитая потребность в них находила выход. "Я так любила бегать на переменках, носилась все время", - вспоминает начальную школу Анечка. "А нам не разрешали, - вздыхает Оля, - а так хотелось..." Это желание удовлетворялось дома: ведь здесь были снова трусики, те же спортивные снаряды и та же свобода в перемене занятий и их последовательности. А то, что у них были крепкие мышцы и прочные кости, оказалось самым надежным средством против искривления позвоночника - этого бича многих школьников. Нам даже почти не приходилось специально следить за осанкой, за тем, чтобы они правильно сидели за столом, когда делали уроки. Как-то нужды в этом не было, тем более что за уроками они не засиживались.

И все-таки моя "цифирь" самоуспокоиться не дает. Чем старше становятся ребята, тем тревожнее результаты моих измерений. Тревогу вызывают как раз не вес и рост, тут дела обстоят нормально: к 16 годам оба старших сына обогнали в росте меня, а мой рост - 175 сантиметров. Падают показатели силы, скорости, выносливости. Движение уже не доставляет им такого удовольствия, как раньше. Почему? Домашний "спортзал" становится мал для подрастающих ребят, неинтересен, а стадиона, бассейна, настоящего спортзала поблизости нет.

Л. А.: Да, ребята приходят домой уставшие - не от учебы, а от сидения. К тому же, привыкая к теплой школьной одежде, они все неохотнее раздеваются дома. Бывало, раньше, еще до школы, нет-нет да скажешь: "Что-то прохладно, может, рубашку наденешь?" А теперь чаще не удерживаешься от досадного упрека: "Что же ты упаковался с ног до головы?" Наверное, к старшим классам мы

своими домашними средствами уже не сможем противостоять Всемогущей Парте и с грустью видим, как все приобретенное до школы постепенно сходит на нет.

Б. П.: Иногда нас спрашивают: "А почему ваши дети не пошли в большой спорт?" Надо сказать, что по своим данным они могли бы заниматься успешно во многих видах спорта и, несомненно, достигли бы высоких результатов - таково мнение тренеров, которые видели наших ребят на спортснарядах или на беговой дорожке. Видимо, это так и есть. Младших, например, охотно приняли в акробатическую секцию, и спустя полтора месяца девочки получили 3-й юношеский разряд по акробатике, а через год уже первый. Но, во-первых, ездить на занятия им приходится далеко, а провожать и встречать их не всегда удается, поэтому бывают пропуски тренировок. А во-вторых, хотя они и занимаются с удовольствием, все-таки всепоглощающей страсти, какая требуется для завоевания спортивных высот, у них нет. Меня это огорчает, а вот маму не очень. Даже больше - совсем не огорчает. Она считает, что большой спорт поглощает человека целиком, становится главным в жизни, а все остальное ему подчиняется. А у наших ребят так много этого "остального", такая уйма дел и интересов тянет их к себе, что для спорта остается только подсобная роль, видимо, самая для него подходящая: ведь главный рекорд - все-таки здоровье. Я в общем-то согласен с этим, но вот в чем беда: здоровье не делается у ребят крепче - показатели-то снижаются! Наверное, нужны не только секции для избранных, надо, чтобы для каждого был спортзал и стадион рядом и каждый день спортивные занятия - в детских садах, школах, жилых домах. Вот тогда и парта будет не страшна.

Что мы считаем важным

То, что у нас сложилось, назвать системой, видимо, еще нельзя. Но основные принципы, которыми мы руководствуемся, выделить можно. Их три.

Во-первых, это легкая одежда и спортивная обстановка в доме: спортснаряды вошли в повседневную жизнь ребят с самого раннего возраста, стали для них как бы средой обитания наравне с мебелью и другими домашними вещами.

Во-вторых, это свобода творчества детей в занятиях. Никаких специальных тренировок, зарядок, уроков. Ребята занимаются сколько хотят, сочетая спортивные занятия со всеми другими

видами деятельности.

В-третьих, это наше родительское неравнодушие к тому, что и как у малышей получается, наше участие в их играх, соревнованиях, самой жизни.

Все эти принципы, конечно, были не придуманы заранее, а выработаны в практике жизни, в общении с детьми. Мы пользовались ими интуитивно, неосознанно, преследуя лишь одну цель: не мешать развитию, а помогать ему, причем не давить на ребенка в соответствии со своими какими-то замыслами, а наблюдать, сопоставлять и, ориентируясь на самочувствие и желание ребенка, создавать условия для дальнейшего его развития. Честно говоря, это не всегда получалось: не давить, не мешать, а помогать. Ведь мы еще во многом не знали, как надо это делать. Бывало, рассердишься: "Ну-ну, прыгай, не бойся. Эх ты, трусишка!" Малыш в слезы. Потом я стал говорить иначе - без укора и насмешки: "Кто у нас храбрый, тому можно прыгнуть, а кто еще не расхрабрился, тому пока не надо. Ты хочешь? Ну давай! Молодец!"

Разница получалась огромная: в первом случае малыш. испытывает давление извне, им руководит страх, стыд. А во втором он сам собой распоряжается и испытывает не унижение, а гордость, радость преодоления. Конечно, действие ребенка тут организовано взрослым, но оно не навязано силой, не ломает волю малыша.

Все эти психологические тонкости мы постигали нелегко, не миновали многих ошибок, но, постигая, менялись и сами, приобретали умение общаться с детьми на основе взаимопонимания и взаимодоверия.

Как рождаются способности?

Б. П.: В основу умственного развития наших детей положены все те же наши "три кита": богатая для разнообразной деятельности обстановка, большая свобода и самостоятельность детей в занятиях и играх и наша искренняя заинтересованность во всех их делах. Мне и здесь хотелось бы еще раз подчеркнуть, что мы не ставили себе целью научить их всему как можно раньше, мы старались создать условия для развития их способностей - по их возможностям и желаниям.

Мы не знали и не могли взять на себя смелость определять, что и когда развивается у малышей, и в своих действиях

исходили из того простого наблюдения, о котором уже упоминали в первой части книги: с младенцем разговаривают со дня его рождения, когда он еще и не понимает ничего. Наступает момент (для каждого индивидуальный), и малыш скажет первое слово. Если с ним не говорить, то это первое слово может быть не сказано и в год, и в два, и в три. Ну а если по отношению ко всем прочим человеческим способностям поступить так же? Не определять сроки заранее, а просто создать благоприятные условия и посмотреть, как будет развиваться ребенок. В поиске этих условий мы и выработали те самые принципы, о которых я говорил.

Наблюдая за детьми, мы заметили, что развиваются у них те стороны интеллекта, для которых у нас были условия, опережающие само развитие. Допустим, ребенок еще только начинал говорить, а у него уже были среди прочих вещей и игрушек кубики с буквами, разрезная азбука, пластмассовые, проволочные буквы и цифры.

Вместе с великим множеством понятий и слов, входящих в эту пору в мозг ребенка, четыре десятка значков, называемых А, Б, В... 1, 2, 3, 4... и т. д., запоминались без всякого труда к полутора-двум годам. А все потому, что мы не делали из этого тайны, не говорили, что "тебе рано", просто называли малышу буквы, как называли прочие предметы: стол, стул, окно, лампа и т. д. И радовались, когда он запоминал, узнавая их в любом тексте.

Так же было и с математикой (счеты, счетные палочки, цифры, таблица: сотни и тысячи, бусинки на проволоке и пр.), конструированием (всевозможные кубики, мозаика, конструкторы, строительные материалы, инструменты и др.), спортом (спортснаряды в разных сочетаниях в доме и во дворе).

Самым главным открытием на этом пути было для нас то, что в этих условиях дети очень многое начинали раньше, чем это предписывалось им по медицинским и педагогическим нормам: к трем годам они начинали читать, в четыре - понимали план и чертеж, в пять - решали простые уравнения, с интересом путешествовали по карте мира и т. д. И дело было не только в постижении некоторых школьных премудростей, которыми они легко овладевали до школы (беглое чтение, устный счет, письмо), но и в том, что они при этом становились самостоятельнее, инициативнее, любознательнее, ответственнее - тоже не по годам. Мы их могли оставить дома одних (с 6-7-летним старшим) часа на три-четыре и знали, что ничего не случится. Мы могли спокойно послать семилетнего в Москву (электричка, метро) или одиннадцатилетнего в Горький (он сам брал себе билет, ехал без

всякой опеки проводника или кого-либо из взрослых). И все это не делало из них старичков - таких выдумщиков и озорников еще поискать! Но об этом речь еще впереди.

Сначала мы этому только удивлялись, а затем всерьез заинтересовались проблемой раннего развития детей. Оказалось, что изучением потенциальных возможностей человеческого мозга давно занимается мировая наука и практика. Ученые пришли к выводу, что резервы мозга колоссальны, а используются они в течение жизни человека ничтожно мало, что гениальность - это наиболее полное проявление интеллектуального потенциала, которым обладает любой нормальный человек.

От чего же зависит реализация этого потенциала? От чего зависит уровень развития способностей? Ответить на этот вопрос - значит найти способ растить таланты, не искать их среди обыкновенных, а растить всех талантливыми людьми. А это позволит избавить школу от неуспевающих и второгодников, детей - от перегрузок, родителей - от бессилия и удобного предрассудка: "Такой уж он у меня уродился". Просто невозможно было не попытаться принять участие в поиске ответа на вопрос, откуда берутся таланты?

Ну, конечно, мы ни в какой степени не считаем, что нашли способ выращивания вундеркиндов. Вундеркинд - это чудо-ребенок, исключение из правил, пока малообъясненное явление. Я же говорю о другом: как каждого, буквально каждого малыша, родившегося нормальным, вырастить способным и даже талантливым. Ведь это требование времени - научно-технической революции, все возрастающей ответственности человечества за все, что делается на земле, необходимости предвидения и осмысленности каждого шага человека, живущего на нашей планете.

Л. А.: Я думаю, что ответственность зависит не столько от талантливости, сколько от совестливости. Можно быть сверхталантливым, но при этом корыстным и эгоистичным человеком, живущим по принципу: "После меня хоть потоп..."

Б. П.: Это наш старый спор, мы к нему - еще вернемся. Я только скажу, что сейчас нужен не только знающий человек, но и творчески осмысливающий свое дело, свое место в жизни, а для этого нужны высокоразвитые творческие способности и умение применять их на практике, в труде, на любом рабочем месте, в любой жизненной ситуации. Как этого добиться?

Главное - своевременное начало

Важнейшим условием развития всех способностей я считаю своевременное начало. За этими двумя словами годы наблюдений, размышлений, исследований. Итогом этой работы была "Типотеза возникновения и развития творческих способностей" (сб. "Социологические и экономические проблемы образования". Новосибирск, "Наука", 1969, с. 78-124). В ней впервые появилось непривычное слово НУВЭРС, составленное из первых букв названия процесса, который происходит в человеческом мозгу: Необратимое Угасание Возможностей Эффективного Развития Способностей. Вся работа представлена в 4-й главе книги, суть же ее заключается в следующем: каждый здоровый ребенок, рождаясь, обладает колоссальными возможностями развития способностей ко всем видам человеческой деятельности. Но эти возможности не остаются неизменными и с возрастом постепенно угасают, слабеют, и чем старше становится человек, тем труднее развивать его способности.

Вот почему так важно, чтобы условия опережали развитие. Это даст наибольший эффект в развитии, которое будет просто своевременным, а вовсе не "ранним", как считают те, кто называет так развитие наших детей.

Кстати сказать, мы-то сами теперь считаем развитие наших ребятишек не только не ранним, а запаздывающим во многих отношениях. Ведь условия, которые мы сумели создать, конечно, еще очень далеки от возможного идеала. Это естественно: домашними силами и средствами такую проблему не поднять. Вот несколько примеров. Не смогли мы создать даже удовлетворительных условий для занятий ребят в области изобразительного искусства, биологии, иностранных языков и многого другого. И развитие ребят здесь явно отстает от их возможностей. А теперь нагонять упущенное очень трудно: иностранный язык, например, никто из них толком так и не знает, несмотря на школьные пятерки и четверки. А могли бы знать, если бы кто-нибудь из нас владел иностранным языком и просто говорил на этом языке с детьми со дня рождения, как это делает со своими малышами инженер В. С. Скрипалев. Для Олега Скрипалева изучение английского языка проблемы не составит: он говорит на нем так же, как и на русском, совсем свободно. Итак, условия для развития должны опережать его, подготавливаться заранее. Вот для этого и нужна - все равно: в доме ли, в детском ли учреждении - гораздо более богатая обстановка, чем та, в которой сейчас растут дети во многих семьях.

И широкое поле деятельности

Конечно, под богатой обстановкой я понимаю не ковры, хрусталь, польскую мебель и т. п. Все это предназначено для отдыха взрослых, а ребенку от такого богатства пользы мало: полированным миром вещей-недотрог можно лишь любоваться, а делать в нем ничего нельзя. Правда, для ребятишек в возрасте до двух лет даже простое разглядывание предметов и их изображений занимает до 20 процентов всего времени их бодрствования и является важным развивающим фактором. Но чем старше становится ребенок, тем менее его удовлетворяет одно созерцание, и он тянется к каждому предмету рукой и начинает его пробовать сначала "на вкус", потом "на стук", потом на всякое другое его применение. Но ведь хрусталь для этого не годится, а вот если малышу рано попадают в руки карандаши, мел, бумага, клей, ножницы, молоток, картон, краски, пластилин, кубики - все то, чем можно работать (действовать, строить, делать), тем богаче условия его развития.

Мы рано заметили, что малыши предпочитают манипулировать не игрушками (они им быстро надоедают), а предметами домашнего обихода, которыми пользуются взрослые: кухонной утварью, письменными и швейными принадлежностями, инструментами, приборами... А заметив это, разрешили малышам "войти" в наш взрослый мир и исследовать его неигрушечные свойства и опасности. Мы уже писали в первом разделе книги, как мы начинаем знакомить малышей с этим сложным миром реальных вещей. Того же принципа самостоятельности мы придерживаемся и в дальнейшем, не требуя от малышей "не брать без спроса", но требуя "класть на место". При этом, приветствуя исследовательскую деятельность, мы запрещаем ломать, рвать, портить вещи "просто так" - "со зла" или от нечего делать.

Доступность вещей не означает, однако, что детям позволено все трогать и брать без разрешения. У нас есть вещи - и их действительно огромное большинство, - которыми дети могут пользоваться в любое время по своему усмотрению. Перечислять их бессмысленно: это все то, что не входит в две запретные категории: чужие и ценные вещи. Под "чужими" понимаются буквально чужие, а кроме того, личные вещи на папином или мамином столе, в дедушкиной комнате, в чьей-то сумке или

портфеле, которые неприкосновенны. Эти вещи можно брать только с разрешения. А ценные вещи - на них также налагался, безусловно, строгий запрет - это часы, магнитофон, фотоаппараты, пишущая машинка и т. п., тонкие механизмы, которые ребенок по незнанию может легко испортить. Мы не прятали их от детей, не убирали подальше; но давали понять с первого же знакомства, что эти вещи трогать нельзя. И я не помню случая, чтобы по вине малышей что-нибудь из дорогих вещей вышло из строя, хотя они были всегда доступны, а дети часто оставались с ними наедине.

Думаю, так получалось потому, что подобных запретных вещей было очень немного и они не были детям совершенно незнакомы. Обычно малыши рассматривали их вместе с кем-нибудь из взрослых или старших, и они переставали быть притягательными своей неизвестностью.

А главное, у детей нашими стараниями все больше появлялось других интересных, всегда доступных для них вещей, начиная от спортивных снарядов н кончая всевозможными инструментами и строительными материалами, все это помимо обычных игрушек, кукол, которых у детей тоже много. В нашей комнате-мастерской можно резать, клеить, лепить, пилить, забивать гвозди, рубить, колоть, сверлить, точить. Были как-то у нас в гостях целую неделю два брата - двухлетний Витя и шестилетний Дима. Как же они были довольны, что молотки бывают разного роста и гвозди тоже и что доску можно прибивать гвоздями к обрубку бревна на полу. С каким усердием они вколачивали в бедную доску гвозди один за другим, получалось это у них все лучше и лучше. А мы с их мамой - доктором - глядели на "мастеров" и говорили друг другу: "Как же не хватает малышам в современной квартире вот такого настоящего дела!"

Мы старались идти навстречу любым намерениям детей что-то делать, проявить себя в каком бы то ни было творчестве. Заметили, что малыш любит писать мелом, - сделали из куска линолеума доску; заметили, что его интересует в "Детской энциклопедии" карта, - повесили большую карту полушарий на стенку. Так у нас на стенах появились таблицы сотни и тысячи, буквы печатные и письменные на плакате, на кубиках, измерительные приборы, большие деревянные кирпичи, конструкторы, всевозможные игры и, конечно, книги, множество книг - от сказок и киижек-малышек до энциклопедий и научно-популярной литературы. Вот это-то мы и называем богатой обстановкой. Для ребенка в ней открывается богатое поле деятельности.

Один профессор, вспоминая свое детство, удивлялся, с какой

живостью и точностью он может представить рисунок на обоях в детской и даже форму трещин на белом потолке. Так почему же, недоумевал он, не дать для запоминания "на всю жизнь" таких сгустков человеческих знаний, какими являются географическая карта или таблица Менделеева? Эти первые впечатления могут непроизвольно возбудить интерес к какой-то области знания и даже развить определенные способности ребенка.

Те, кто знаком с биографией женщины-математика Софьи Ковалевской, могли обратить внимание на такую деталь: стены ее детской были оклеены страницами из математической книги. Но мало кто верит в связь между этими страничками с формулами и чертежами и ярким математическим талантом девочки Сони.

У нас в семье, видимо, точно так же "сработала" таблица Менделеева, на которую обратил внимание в "Детской энциклопедии" трехлетний Антон. А позже начались дымы, запахи, вспышки, появился конструктор "Юный химик", целая стена в мастерской, забитая химической посудой и химикатами. Потом химико-механический техникум, победа в химической олимпиаде и, наконец, химфак МГУ.

Любимые учебные пособия

Этой чуткостью и восприимчивостью детского ума мы постарались воспользоваться и в обучении грамоте, счету, в знакомстве детей с мерами длины, веса, времени, с чертежом, планом и т. д.

Касса больших (60 миллиметров) письменных букв, согнутых из проволоки, не только позволяла составлять слова-поезда: "МАМА", "АНЯ", "ДОМ", но и обучать составителя поездов письму. Он не догадывался об этом, но, составив "поезд", обязательно "проверял все вагоны", обводя пальчиком все буквы по порядку.

Дедушке трудно рассмотреть на маленьком термометре за окном, какой сегодня морозец. Ему помогут малыши, Ваня и Люба, - они установят точно такую же температуру на учебном термометре метрового роста, где очень крупные деления и подвижная красно-белая ленточка позволяет установить любую температуру, какая бывает на нашей земле.

Со стены можно снять и часы с большим циферблатом, в которых часовая стрелка передвигается в 12 раз медленнее минутной, как на настоящих часах, но показать они могут любое время, стоит только малышу покрутить шестеренку сзади. Эта

игрушка позволяет ребятишкам на несколько лет раньше сверстников освоить часы и измерение времени.

Есть у нас "игрушка", которая учит завязывать узлы. На рамке из дюралевых уголков и трубок в верхней половине завязаны образцы: 14 различных узлов, от самых простых до очень сложных вроде альпинистского "узла укорачивания". А в нижней 14 "концов" из капронового шнура позволяют завязывать копии этих узлов, что и взрослым не всегда удается.

Чтобы малыши познакомились с картой и планом, у нас есть и глобус, и план дома, физическая карта мира и учебная школьная, где рядом с планом местности изображен и ее рисунок. Уже пяти-шестилетние ребятишки с удовольствием находят, где на плане дорога, лес или село, нарисованные на рисунке, или наоборот. А когда научатся читать, то задают друг другу задачи по карте мира и знают не только материки, океаны и моря, но и много государств, столиц, рек и гор и любят совершать путешествия по суше и по морю.

Даже простая на первый взгляд таблица сотни дает малышам много пищи для размышления и возможности задавать друг другу массу задач. Сначала они просто показывают пальчиком числа и называют их по порядку: кто дальше. И быстро уясняют, что после "двадцать девять" идет не "двадцать десять", а "тридцать", то есть усваивают порядок чисел, а потом начинают сосчитывать разные предметы. Когда все числа уже знакомы, мы даем задачки: кто быстрее найдет число 27? 49? 93? Затем по этой же таблице ребята овладевают сложением, находя, например, сумму чисел, расположенных по вертикали, горизонтали, диагонали. При этом они изобретают разные способы сложения и быстро привыкают к математической терминологии.

С началами геометрии дети знакомятся по разнообразным геометрическим фигурам, вырезанным из цветной бумаги и приклеенным к стене. Здесь же указаны основные линии фигур и их названия: высота, медиана, диаметр, радиус... И малыши очень рано отличают угол от треугольника, квадрат от ромба, круг от окружности и т. п. А в строительных наборах есть и шары, и цилиндры, и конусы, и пирамиды, и мы называем все эти геометрические тела их "математическим именем".

В нашей мастерской учебными пособиями фактически служат и измерительные приборы: весы, динамометры, секундомеры, штангенциркули и др..; и разнообразные материалы: от фанеры и жести до всевозможных пластмасс; и разные инструменты для обработки дерева и металлов, в том числе электроинструменты, требующие умения и осторожности в обращении. Наконец, игры. В первую очередь это конструкторы: пластмассовые с крупными

деталями для малышей; конструкторы-механики и даже большой электронный конструктор, которым увлекаются старшие.

Особое место среди всех учебных пособий занимают наши развивающие игры, которые мы назвали "ступеньками творчества". Это игры необычные, они родились в общении с детьми и при их непосредственном участии. В них можно играть уже на втором году жизни, как только малыш начинает различать форму и цвета, и в них же с удовольствием играют подростки и даже взрослые.

Что же такое развивающие игры?

При всем своем разнообразии они объединены под общим названием не случайно, все они исходят из общей идеи и обладают одними и теми же характерными особенностями. Лучше всего проследить это на примере. Вот игра "Сложи узор". Шестнадцать ее кубиков окрашены необычно - все шесть граней по-разному. К ним приложены почти сто рисунков с узорами, начиная с простейших, доступных детишкам в полтора-два года и кончая очень сложными, с которыми справится не всякий взрослый. И каждое это усложнение узора малыш должен понять и преодолеть самостоятельно, как бы сделать для себя маленькое открытие.

Первые узоры могут быть легкими, то есть ниже его возможностей, но, поднимаясь как по лесенке от узора к узору, он подходит и к таким, которые заставляют его напрячься полностью, включить все умственные и волевые способности "на полную мощность". Этот процесс очень радует ребенка - он видит свои успехи, испытывает огромное удовлетворение оттого, что трудно, а получилось, и просит еще.

Но вот на каком-то узоре малыш остановится - не сумеет его сложить; например, дошел до узора, где нужны двухцветные грани ("домик", "фонарик"). Он крутит кубики и так и сяк - нет, "домик" никак не получается! Значит, он добрался до потолка своих нынешних возможностей. Это критическая точка и для ребенка, и для старшего: подсказывать ни словом, ни жестом нельзя! Можно только утешить огорченного малыша и обязательно обнадежить его: "Еще и еще раз попробуешь - получится!" И когда завтра или через несколько дней, даже недель, наконец преодолена и следующая ступенька, это воспринимается ребенком как большое достижение, возбуждает

желание двигаться все дальше и дальше. И это действительно достижение - ребенок самостоятельно решил ту задачу, которая вчера ему не давалась, была ему не под силу.

И при этом ему никто не подсказывал, не показывал. Он додумался сам, что крыша домика должна получиться из двух кубиков, сложенных особым образом: оказывается, прямой угол может получиться и так! Это целое открытие! А оно влечет за собой сдвиг в пространственном воображении, в умении комбинировать. Сделан пусть крохотный, но шаг в развитии творческих способностей!

Подобную картину можно наблюдать и во время игры в "Уникуб", в "Кирпичики", "Внимание": те же задания-ступеньки, то же максимальное напряжение интеллектуальных сил, та же радость совершающегося открытия и как результат развитие каких-то сторон творческих способностей ребенка. В основу развивающих игр положены два принципа обучения - это от простого к сложному и "самостоятельно по способностям". Этот союз позволил разрешить в. игре сразу несколько проблем, связанных с развитием творческих способностей.

Во-первых, развивающие игры могут дать пищу для ума с самого раннего возраста. Во-вторых, их задания-ступеньки всегда создают условия, опережающие развитие способностей. В-третьих, поднимаясь каждый раз самостоятельно до своего потолка, ребенок развивается наиболее успешно.

В-четвертых, развивающие игры могут быть очень разнообразны по своему содержанию, а кроме того, как и любые игры, не терпят принуждения и создают атмосферу свободного и радостного творчества.

В-пятых, играя в эти игры со своими детишками, папы и мамы незаметно для себя приобретают очень важное умение - сдерживаться, не мешать ребенку самому размышлять и принимать решения, не делать за него то, что он может и должен сделать сам.

Первая же попытка ввести развивающие игры даже в небольшой дозе (два-три раза в неделю по полчаса) в практику работы со старшей группой детского сада показала, что темп умственного развития малышей может возрасти почти вдвое. Конечно, игры вовсе не какой-то эликсир талантливости, принимая который "через день по столовой ложке" можно достичь желаемых результатов. Развивающие игры не могут заменить "этих грязных железок" и верстака с инструментами, не могут освободить от необходимости творческого подхода к любым жизненным ситуациям. Это только одно из средств развития способностей, и оно будет тем действеннее и полезнее, чем

меньше будет противоречий между принципами, которые легли в основу этих игр, и принципами, на которых строится вся система обращения с детьми в семье.

Вместе с детьми

Да, очень нужен для малыша в квартире уголок не только с игрушками, но и со спортснарядами, и с рабочими инструментами, и со строительными материалами. И еще очень важно: в этом уголке должно быть место не для одного, а для двух, трех: для брата, сестры, товарища и для папы или мамы - обязательно и для них тоже, иначе может получиться так: купили, достали, сделали, развесили, установили... а все зря: ребенку скучно. Что же нужно, чтобы ребенок взялся за дело, занимался им увлеченно и добился результатов?

Это очень важный вопрос, на который мы одно время не могли дать верного ответа. Говорили обычно так: "Главное - создать условия для разнообразных занятий и впустить туда ребенка, предоставив ему максимальную свободу деятельности. А там уж все пойдет само собой". Это заблуждение держалось в нас довольно долго. Мы просто не замечали, не осмысливали собственного большого участия в самых разнообразных делах малышей.

А заставило нас задуматься об этом одно обстоятельство. У нас появился рояль. Кроме того, я накупил разных музыкальных инструментов: гитару, балалайку, "Мелодику", ксилофон. Нам подарили трехрядную гармонь, губную гармошку. Появились ноты, самоучители, даже настенный плакат - схема клавиатуры рояля. Но все это лежало мертвым грузом, почти не вызывая интереса у малышей. "Почему?" - огорчались мы и не знали, что предпринять: сами-то играть мы не умели. Так прошло два, три, четыре года. Потом старший сын поступил в педучилище, в программе которого обязательны музыкальные занятия. И зазвучал наш старенький рояль. Мы очень радовались Алешиным скромным успехам... Вот тут-то неожиданно и началось повальное увлечение музыкой всех ребят. Эти раньше непонятные для них запятые и точки на пяти линейках вдруг зазвучали разными голосами и стали сливаться в знакомые мелодии. Это было чудо, которое оказалось доступным каждому. За какие-нибудь два-три месяца четверо старших овладели нотной грамотой. Правда, музыкальный слух так и остался у них неразвитым - поздновато,

наверное, оказалось, - но младшие "пошли как на дрожжах", даже мелодии несложные стали сочинять.

Вот тогда-то мы и призадумались: оказывается, обстановка - это еще не все.

Стали вспоминать. Мастерская у нас была сначала совсем крохотная - 3 квадратных метра, но работали там малыши вместе с папой или с кем-нибудь из старших приятелей. Всегда у нас было так: если мама шьет, обязательно примостится рядышком еще одна "швея"; если папа пишет, то рядом на том же столе, на тех же листах бумаги, с тем же серьезным видом работает еще один "писатель" или "художник". А общая работа или просто даже работа рядом -это обязательно интерес и к процессу труда, и его результатам друг у друга, это повод для разговора, это обмен мнениями и критическими замечаниями, общая радость, когда получилось хорошо у кого-нибудь, короче, это общение в самом лучшем его варианте - в совместной деятельности. При этом и времени не так уж много тратится: ведь отдельных специальных "уроков" мы не проводили.

Вспомнили еще вот что, очень важное: с самого начала у нас повелось так - мы старались не делать за малыша то, что он сам может сделать, не думать и не решать за него, если он сам может додуматься и решить. Наоборот, мы еще и подсовывали ребятишкам то задачки на сообразительность, которые они очень любят до сих пор; то разные житейские задачи: как перевести через шоссе "невнимательную маму", как не потеряться в зоопарке или что делать, если потеряешься, как найти свое место в театре, как заплатить деньги в кассу и проверить сдачу и т. д. Заранее подобные ситуации мы, конечно, не планировали, но старались не упускать возможности воспользоваться ими, чтобы ребенок сам сообразил, решил, сделал, проявил себя, преодолел боязнь, нерешительность.

Вообще в любых занятиях детей мы стараемся поощрять творчество, не навязывать своих мнений, а тем более решений, не торопимся обязательно предотвратить ошибку или сразу указать на нее. Ребятишки поэтому редко обращаются с просьбами: "Мам, помоги; пап, покажи!" Даже, наоборот, протестуют: "Не смотри, я еще не сделал" - и пытаются до всего докопаться сами, а нам показывают какой-нибудь конечный результат. В случае неудачи мы стараемся не упрекать, не стыдить, а вот если получилось что-то хорошо, не скупимся на похвалу.

Л. А.: Тут важно, чтобы получалось действительно хорошо, не кое-как. Надо признаться, бывало у нас - хвалили не всегда по заслугам, и прошло немало времени, пока мы поняли, что это сильно вредит ребятам. Чем? Ну, во-первых, отсюда идут ростки

тщеславия, когда в общем-то незаслуженная похвала не смущает, не тяготит, а радует, вызывает удовлетворение. А во-вторых, это приучает к небрежности, к низкому качеству работы, к "тяпляпству", к неумению выкладываться в деле до конца. А зачем выкладываться? И так похвалят! Помню, я долго не могла решиться выразить неудовольствие по поводу наспех сделанных подарков, которые преподносили малыши нам или друг другу к разным праздникам. Беру в руки, в душе огорчаюсь: сделано хуже, чем мог бы, труда и старания вложено немного, но смотрю на сияющие глазенки и не хватает духу поругать или упрекнуть. "Спасибо, - говорю да еще и похвалю: - Молодец, мне очень нравится". Как я сейчас себя за это ругаю! Почему я тогда не вспомнила мудрую сдержанность своего отца, который никогда не выражал восторгов по поводу наших с братом поделок, а всегда оценивал их примерно так: "Ничего, молодцы, но, знаете, вот здесь можно все-таки было и получше сделать". Помню отчетливо: мы выкладывались до последней степени доступного для нас совершенства, чтобы заслужить вот такую его нещедрую похвалу. И научились ценить качество в своей работе, которого так не хватает некоторым из наших ребят.

Сначала мы не придавали большого значения тому, о чем только что рассказали. Видимо, все складывалось как бы само собой потому, что нам было просто интересно с детьми и мы никогда не оставались равнодушными к тому, что и как они делают, что у них получается. Это был не контроль, не слежение, не опека, не уроки с проверкой, а совершенно искренний интерес к жизни ребятишек, к их разнообразной, кипучей деятельности.

Гарантия от перегрузок

"А не чересчур ли такая сплошная да еще интенсивная деятельность? Не перегружен ли мозг ребенка информацией? Не ведет ли это к переутомлению, расстройству сна, раздражительности?" - такие опасения нам высказывают нередко. А мы удивляемся: какая же тут может быть перегрузка, если ребенок занимается по своему желанию тем, что ему интересно, и столько, сколько сам хочет. К тому же известно, что лучший отдых - это перемена занятий, а для наших ребят это не проблема: возможностей для такой перемены очень много. Больше того, возможны сочетания занятий. Доска для мела у нас была рядом со спортивными снарядами, и мы могли, например,

наблюдать такую картину: кто-то из малышей пишет примеры на доске, а другой решает их, вися на турнике вниз головой или раскачиваясь на канате. Эти непринужденность, раскованность очень приближались к игровой. Да фактически это и была игра, в которой главное - свобода творчества, свобода проявления своих возможностей, проба своих сил. При этом возникает естественное соревнование: каждому хочется проявить себя как можно лучше: кто точнее решит, кто лучше придумает, кто быстрее сообразит, кто выразительнее прочитает и т. д. В таких условиях, насыщенных радостью, эмоциональным подъемом, стимулировалась большая интенсивность умственного труда, которой никогда не добиться в условиях принудительных занятий.

И тут, правда, есть свои опасности, которые мы тоже не сразу рассмотрели: соревнование не должно переходить в соперничество, когда желание во что бы то ни стало быть первым порождает зависть, злость, неприязнь к соперникам. Тут уж не до радости и эмоционального подъема. Мы сначала принимали детские слезы как естественную реакцию на неудачу, проявление так называемой "спортивной злости". Однако дело оказалось посложней. Когда я однажды увидела, как "побежденный" готов кинуться в драку с "победителем", какие при этом были и у того и у другого чужие глаза, я ужаснулась: злость-то оказалась далеко не спортивной. К счастью, это понимание пришло к нам не слишком поздно, и мы постарались изо всех сил исправить положение: стали учить малышей радоваться успеху другого так же, как своему.

Что же касается перегрузки, то, по-моему, она возможна только тогда, когда родители по своему усмотрению будут определять, чем, когда и как должен заниматься их ребенок. Иногда, наслышавшись о трудностях современной школьной программы, о непременной разносторонности развития, стремясь "ничего не упустить", не жалея средств, силой тянут ребенка в "вундеркинды": учительница по музыке, учитель по французскому, с бабушкой на фигурное катание, с дедушкой в бассейн, с мамой с 6 до 7 чтение, с папой с 8 до 9 ариф... то бишь математика. Ребенок сам себе не хозяин, за него решают другие, к тому же нередко против его желания, без учета его интересов и сил, помимо его собственной воли. Как же в таких условиях найти оптимальную дозировку и по времени, и по количеству материала для занятий? Переборщить очень и очень нетрудно. А результаты? Ребенок начинает тихо ненавидеть все, чем приходится заниматься, и рвется на улицу, в свободную стихию никем не контролируемых отношений и дел.

Предоставив своим ребятишкам максимум свободы, мы, как мне кажется, избежали сразу трех зол: и перегрузки, и возможного отвращения детей от нужных и полезных дел, и тяги к уличным соблазнам, которые оказываются куда примитивнее и скучнее, чем их насыщенная разнообразной деятельностью домашняя жизнь.

Главный итог – любознательность

Б. П.: Иногда думают, что мы в своей семье просто перенесли школьные знания в более ранний возраст, то есть дошкольников фактически "натаскивали" за два-три класса, потому-то им в начальной школе и делать нечего. Думаю, что все рассказанное выше должно убедить читателя, что "натаскивания" у нас не было.

Правда, некоторые могут сказать: "Чтобы натаскать, необязательно заставлять, давить, принуждать. Кроме кнута, для подчинения существует еще и пряник, кроме страха, бывает еще и соблазн". "Прочитаешь - конфетку дам", "Таблицу умножения выучишь - велосипед куплю", "Реши, Вовочка, задачу - с папой в зоопарк пойдешь". Наверно, это даже хуже, чем просто заставлять. Явное принуждение может возбудить не только страх, но и протест, жажду свободы и справедливости, а вот такая "купля-продажа" ничего, кроме соображения типа "что я с этого буду иметь?", в ребенке не возбудит. Мы никогда не пользовались этим купеческим способом для возбуждения у ребенка желания чего-то достичь.

Мы радуемся успехам детишек, их движению вперед, их открытиям, но не сулим за это никаких сладостей и златых гор, никаких выгод и привилегий. Детей увлекает сам процесс познания, созидания, творчества. Ими руководит не страх, не расчет, а интерес. Наградой им за все усилия становится гордое сознание: "Я могу!", "Я умею!", "Я сам сделал!" И удовольствие от того, что: "Я помог... я обрадовал... я сделал хорошо!"

Интересно, что по мере расширения и углубления знаний о мире желание детей еще больше узнать только возрастает. Как сильное, тренированное тело жаждет движения, так и развитый ум жаждет деятельности, причем хочет не столько усваивать, сколько исследовать. Вот это-то мы и наблюдаем у своих детей. Академик Н. М. Амосов в своем отзыве на наш доклад в Академию педагогических наук сказал о наших ребятах так: "Основное качество их интеллекта не натасканность, а

смышленость. Они легко усваивают новое. Они не столько эрудиты, сколько решатели проблем".

Именно это, мы думаем, и есть главный итог умственного развития наших детей до школы.

А внимание, усидчивость, дисциплина?

Мы все время говорили: желание ребенка, интерес, свобода деятельности - вот что нужнее всего для его успешного развития. Как же ребенок после такой вольной жизни выдерживает школьную дисциплину и множество ученических обязанностей?

Верно, противоречие вроде бы налицо. У нас познание окружающего мира направляется собственными интересами и увлечениями ребенка, а в школе -систематическое усвоение знаний: программа, урок, учитель, учебник. Надо, должен, обязан. Все "хочется, не хочется" только во внеурочное время, а его остается так мало... Много страшных прогнозов нам пришлось выслушать еще до того, как старший пошел в школу: "Они у вас будут недисциплинированные, невнимательные, неусидчивые, из-за этого будут плохо усваивать материал. Им будет очень трудно в школе".

Возражать было нелегко: ведь все было еще впереди. А теперь, когда старшие уже окончили школу, а остальные тоже учатся, можно сказать, что эти прогнозы не оправдались. Учиться всем ребятам оказалось совсем нетрудно: мы уже писали о том, что на всю начальную школу они тратили один-два года и оказывались в 5-м классе кто в десять, кто в девять, а кто даже в восемь лет. Да и в старших классах они справлялись со школьной программой без особых усилий и каких бы то ни было перегрузок: на домашние уроки, например, тратили не больше полутора-двух часов в день, да и то в основном на письменные задания.

Как это все получалось? В младших классах еще могли сказаться - и действительно сказывались - приобретенные до школы знания и умения (беглое чтение, владение устным счетом, умение писать". А в старших классах? Здесь выручало не что-то ранее усвоенное, а умение сосредоточиться, внимательно слушать, понимать и осмысленно запоминать материал уже на уроке, во время объяснений учителя. Школьные дисциплинарные требования тоже оказались для наших ребят не слишком обременительными. Правда, особой усидчивостью они не отличались, особенно старшие сыновья, однако и хлопот

учителям их поведение не доставляло. А аккуратность и добросовестность старших девочек всегда вызывали самую высокую похвалу учителей. А еще что важно - все наши школьники не нуждались в каком-либо контроле и постоянном подстегивании: они справлялись со своими обязанностями в основном вполне самостоятельно. Значит, противоречие между нашей "вольницей" и школьной жизнью оказалось нестрашным? Да. Но оно могло бы оказаться даже губительным, если бы не одна очень существенная сторона нашей жизни, которая помогла нам этого избежать. Это трудности нашего быта. Парадокс? Нет. Именно благодаря им малыши наши узнали серьезные трудовые обязанности с самого раннего возраста.

И трудовые обязанности

"Хочется" и "надо"

Л. А.: Очень хорошо помню, как удивляли нас два прямо противоположных мнения о нас наших близких. Правда, они наблюдали наших ребятишек несколько со стороны, так как вместе с нами постоянно не жили. Дедушка изредка приезжал погостить и каждый раз в той или иной форме осуждал нас: "Вы слишком распускаете своих ребят, все им позволено, никаких обязанностей. Вырастут бездельниками и через несколько лет вам на шею сядут". Бабушка жила в другом доме, мимо которого малышам приходилось ходить то за водой, то за углем и дровами. Она жалела внуков и тоже была нами недовольна: "Да что же вы на них столько дел взвалили, и отдохнуть некогда бедным".

Теперь-то я понимаю, что каждый из них видел в основном одну сторону жизни ребят: дедушке, привыкшему к беспрекословному подчинению и строгому порядку, не понравилась слишком вольная жизнь детей, которым было предоставлено "слишком много прав". А доброй, мягкосердечной бабушке, привыкшей всю жизнь обслуживать кого-то, казалось несправедливым взваливать на детей "слишком много обязанностей".

А на самом-то деле, наверное, ребячья вольная жизнь уживалась с обязательными делами, которые надо было делать без всяких "хочется, не хочется". И таких дел в доме было много, потому что ни газа, ни водопровода, ни центрального отопления у нас тогда не было. А мы оба работали, и не было никого, кто мог бы нам постоянно помогать в домашних делах. Никого, кроме детей.

Я не хочу сказать, что помощь малышей с самого начала была совершенно необходима. Да и какая от годовалого помощь - одна морока: его старания чаще всего лишь хлопот добавляют. Но зато как раз в это время он хочет помочь, пытается делать все, что делают папа или мама. Как хорошо, что мы поняли это и его помощь приняли, не отвергли. Причем это не стало педагогическим приемом "приобщения к труду". Было просто любопытно: а как он справится, а что он сумеет, будет ли он доволен своей работой? И оказалось: вместе работать интересно и весело.

Правда, это благополучное начало не исключило последующие сложности на "трудовом фронте", может быть, потому, что мы сами не во всем были согласны друг с другом.

Б. П.: Безусловно. Я с самого начала считал, что детям можно и нужно поручать гораздо больше домашних дел, чем это допускала мама, которая предпочитала делать многое сама, не перекладывая на детей даже простые дела.

Для себя или для других?

Л. А.: Это верно. Но мне хотелось, чтобы не я перекладывала дела на детей, а чтобы дети сняли эти дела с нас сами, по собственной инициативе. А это само собой не получалось. Не сразу мы поняли, что надо говорить не так: "Оля, бери полотенце и помоги мне" или: "Алеша, наколи для меня лучинок на растопку", а так: "Ребята, давайте-ка маме по можем посуду вымыть!" (говорит папа) или: "Алеша, а что, если на растопку щепочек папе заготовить - вот он обрадуется!" (говорит мама). Тогда получается забота не о себе, а о другом!

Мы ошибались, когда просто поручали дело, давали какое-то задание, заставляли выполнять до конца, но не всегда обращали внимание ребят на то, что работу надо сделать еще и потому, что кому-то нужна помощь, внимание, забота. Работа в таком случае выполнялась не как взятая на себя часть общего дела, а как навязанная извне скучная повинность, от которой хочется увильнуть. И вот уже мы слышим: "А почему я, а не Антон?", "Алеше меньше копать досталось, а он мне не хочет помочь..." Пришлось поломать голову: как же вернуть детям это желание помочь, которое у годовалых проявляется как бы само собой?

Б. П.: Выход мы искали в том, что вместе с ребятами стали делать что-то нужное не только для собственной семьи и дома, а для других, знакомых и незнакомых людей.

Всей семейной "бригадой", со школьниками и дошкольниками, мы убирали дрова и уголь у бабушки, расчищали беговую дорожку на улице - для всех соседских ребятишек, участвовали в ремонте школьного помещения, ездили строить дом для наших друзей, возили книги в библиотеку - всего не упомнишь. Вот в такой общей работе для других, дружной, веселой, бескорыстной, и рождается не только настоящая, действенная забота о людях, но и взаимопомощь, желание выручить друг друга.

Об одном жалею: редки они у нас все-таки были, эти трудовые десанты, надо было бы проводить их почаще. А то слишком много у современных детей, в том числе и у наших,

всяких занятий только для себя: играть, читать, заниматься спортом, решать задачи, делать опыты и т. п. - все для себя! А что они делают для других?

Микроскопические дозы?

И сколько? Сколько затратили сил, времени, старания, какой получили результат - и по количеству и по качеству, - все это чрезвычайно важно. Я настаиваю на том, что должен быть оптимум трудовой нагрузки, чтобы ребенок смог применить и физическую силу, и поработать головой, и испытать свое терпение и настойчивость в преодолении трудностей, и почувствовать радость и гордость, когда получит ощутимый результат. Это, конечно, зависит от организации работы, от ее нужности, полезности, но, честное слово, пять минут работы в день - это еще не работа.

Когда мы перешли жить в другой дом, с отоплением, водопроводом, газом, нас опять выручала необходимость: надо было утеплять дом, переделывать сарай, очищать и строить спортплощадку, приводить в порядок сад. А кроме того, было много разных сезонных работ, вроде весенней уборки двора или посадки огорода. Обычно в подобных делах участвуют все - от мала до велика. Есть работа и ежедневная: уборка, стряпня, посуда и пр. - ее делаем по очереди. Если все это учесть, то у детей в среднем получается, конечно, не пять минут, но и не более получаса в день. Думаю, этого мало, потому что остается каким-то незаметным этот труд, совсем не трудным. А разве должно быть обязательно трудно? Я считаю, что необходимо: трудовые усилия должны быть и по напряжению, и по длительному не игрушечными, а значительными, что называется, до поту, до усталости, той трудовой усталости, которая дает особое гордое удовлетворение: "Я смог, я выдержал, я не хлюпик и не белоручка какой-нибудь". Это гордость и достоинство рабочего человека. И его может и должен испытать ребенок как можно раньше.

"ниточка-никиточка"

Это не теоретические рассуждения - мы все это наблюдали у своих детей, когда организовали нашу "швейную фабрику", которую ребята ласково назвали "Ниточка-Никиточка". Было тогда у нас трудное время. Для дополнительного заработка мама брала надомную работу - шила фартуки, а мы ей все помогали (старшему тогда было 11 лет). Работали от одного до двух часов ежедневно, каждый по своей "специальности": кто скалывал булавками детали, кто нитки обрезал, кто складывал, кто был "няней" в детском саду (играл с маленьким тогда Ванюшей).

Л. А.: Я, правда, довольно скоро поняла, что наша "фабрика" отнимает у меня слишком много времени: чтобы выработать требуемую от надомниц норму, мне приходилось шить три-четыре часа вдень. И это помимо семичасового рабочего дня и обычной домашней работы. Через месяц-полтора я почувствовала: не выдержу, брошу. Но не бросила. Почему?

Все дети любят играть во "взрослую" деятельность: "в магазин", "в почту", "в завод", "в школу" и т. д. Но эта работа "понарошку" настоящего удовлетворения не приносит. "Все только играй и играй. А что поделаешь, коли нет ничего другого?" "Сколько в ребячьих играх горького сознания недостатка подлинной жизни, сколько мучительной по ней тоски!" И еще: "Если детская комната вопреки нашим запретам так часто бывает мастерской и складом хлама, а значит, складом материалов для предполагаемых работ, не в этом ли направлении обратить нам поиски? Быть может, для комнаты маленького ребенка нужен не линолеум, а воз полезного для здоровья желтого песка, изрядная вязанка палок и тачка камней? Быть может, доска, картон, фунт гвоздей, пила, молоток и токарный станок были бы более желанным подарком, чем игра, а учитель труда полезнее, чем преподаватель гимнастики или игры на пианино? Но тогда пришлось бы изгнать из детской больничную тишину, больничную чистоту и боязнь порезанных пальцев". Это любимый наш Корчак, его удивительная книга "Как любить детей". Как радовались мы, читая эти строки, находя в них поддержку собственным наблюдениям, чувствам и мыслям. Нет, как ни трудно мне было, а закрыть нашу "фабрику" я не могла, не могла лишить детей радости участия в подлинной жизни.

Б. П.: Два года работала наша "Ниточка-Никиточка". Наполовину это была, конечно, игра "в фабрику", но работали всерьез, с рабочим местом, четким ритмом, с ответственностью за качество. Это было чудесное время, которое мы все вспоминаем с удовольствием. А почему? Слаженная, дружная работа - н видимый результат: стопка готовых - нами сделанных! -фартучков (за месяц 400-500 сложенных по строгому стандарту и связанных

аккуратными пачками по 20 штук).

Час-полтора довольно кропотливой однообразной работы, казалось бы, должны были утомить ребят, но нет: они проникались каким-то особым рабочим достоинством из-за своей необходимости, нужности на "фабрике". Как-то у Анюты болел палец - занозила она его. Мы хотели освободить ее от работы, а она: "А кто же будет кармашки прикалывать?" - и работала со всеми до конца "смены".

Просто удивительно, как наши непоседы преображались за работой: становились сосредоточенными, внимательными, серьезными, даже какими-то чуть-чуть важными. Участие в общем труде, осознание зависимости всех от каждого помогли им ощутить, что жизнь состоит не только из приятного "хочу", но и из сурового и ответственного "надо".

А как по-разному проявлялись их характеры: один не давал покоя своими рационализаторскими предложениями, другой норовил вначале выдать большое количество за счет качества, третий проявил необычайную аккуратность, даже изящество, в своей "операции", а четвертый оказался универсалом - освоил все "профессии" и всегда был готов помочь в случае "прорыва".

Особенно поражала нас, взрослых, та быстрота, с которой ребятишки осваивали рабочие операции и целые "профессии". Не проходило и недели, как Анюта, только что перешедшая на "подвертывание подола фартука", уже не отставала от взрослого, а еще через неделю она уже успевала подвернуть два фартука, пока взрослый делал один. Десятилетнему Антону уже через две недели после начала работы "фабрики" в "трудовую книжку" (были у нас такие у каждого работника) была записана новая профессия - "швея-мотористка". Он не только хорошо подшивал карманы, бретели и пояса на своей электрической машине "Тула", но мог ее настроить, заправить шпульку, отрегулировать шаг строчки, натяжение нити.

Все вопросы на "фабрике" мы решали на общем собрании, и нам, взрослым, нередко приходилось поражаться толковым и справедливым суждениям ребятишек о распределении обязанностей, и о "технологии производства", и о рабочей дисциплине, и о справедливости в "начислении зарплаты".

На свои трудовые

Да, у нас была зарплата - каждый получал ее в конце месяца

и торжественно расписывался в ведомости, где указывалась "квалификация" работника, количество рабочих часов и сумма: от 23 копеек у четырехлетней Юли до 3-4 рублей у "швей-мотористок" - мамы и десятилетнего Антона.

С самого начала нас поразило отношение детей к этим заработанным ими деньгам. Это были совсем не те даровые деньги, которые иногда давали им мы или бабушки (купи, мол, что хочется) и которые никогда не залеживались в кармане - так их не терпелось скорее истратить на мороженое, на шоколадку или на какую-нибудь свистульку, которую через полчаса после покупки можно было обнаружить где-нибудь уже забытой или даже сломанной без особого сожаления.

А эти - трудовые! - даже в голову не приходило истратить так легкомысленно и глупо. Они много раз пересчитывались, аккуратно складывались и тратились только на нужные вещи, которыми можно пользоваться долго: авторучку, перочинный нож, компас, записную книжку и т. п. Особое удовольствие детям доставляло то, что можно на свои деньги (никого не надо просить!) купить подарок или угостить всех чем-нибудь вкусным в праздничный день.

А однажды случилось вот что. Не хватало у нас до получки денег. "Как и быть, прямо не знаю", - огорченно призналась мама, когда все мы вечером сидели за своим большим "производственным" столом. И вдруг протянулась к ней маленькая рука с крепко зажатым кулачком: "На, мама, возьми мои деньги". На раскрасневшейся Юлиной ладошке лежали 23 копейки! - вся ее зарплата. И следом тотчас же: "И мои! И мои возьми!.." Мама едва удержалась от слез. На следующий день мы ели Юлин хлеб и пили Анино молоко и говорили им "спасибо"! А они сияли от гордости и счастья.

Наверное, каждый из нас вспоминает с особой гордостью тот момент, когда вручил матери первую в своей жизни зарплату. Но это бывает обычно лишь в 16-18 лет. А мы доставили нашим детям эту высокую человеческую радость намного раньше.

И человеческие отношения

Л. А.: Об этом рассказать чрезвычайно трудно - уж очень все это сложно, противоречиво, запутанно. Но и не рассказывать не могу, потому что знаю теперь: главное в жизни с детьми - налаживание человеческих отношений.

Для чего человек живет

Самое удивительное сейчас для меня заключается в том, что как и многие родители, сначала не очень-то задумывались над этой важнейшей стороной воспитания. Ошеломленные неожиданно открывшимися огромными возможностями раннего детского возраста, мы увлеклись проблемой: какого уровня может достичь ребенок в своем физическом и интеллектуальном развитии? А вот для чего он употребит все свои развитые способности, каков он будет среди людей, об этом мы в первые три года жизни с детьми не очень-то задумывались. Считали: самое главное - ум и здоровье, а остальное само собой вложится.

Б. П.: Я и сейчас склонен думать, что от уровня развития творческих сторон интеллекта во многом зависит и нравственная основа человека.

Л. А.: А мне думается, что она зависит больше от направленности этих способностей, от точки приложения их в жизни. Чем больше человек хочет отдать людям, тем он нравственнее, независимо от того, сколько он отдает.

Б. П.: Что значит отдать? Это ведь тоже с умом делать на до: кому отдать? Зачем отдать? Развитый творческий ум - вот гарантия правильной ориентировки во всех сферах человеческой деятельности, в том числе и в нравственных ценностях.

Л. А.: Да, но можно превосходно понимать, что такое хорошо и что такое плохо, а тем не менее руководствоваться в жизни совсем не этим пониманием. Разве мы не встречали в жизни очень умных людей, судящих обо всем весьма глубоко и тонко, а в практической жизни, в реальном общении с людьми "неумелых", беспомощных или даже деспотичных и бездушных?

Совершенно убеждена, что, например, школьная жизнь ребенка зависит не только от его здоровья и умственного развития, но и от того, каков он будет в ребячьем коллективе: отзывчив или эгоистичен, общителен или замкнут, сможет остаться самим собой в разных, подчас очень сложных ситуациях и в то же время не станет ли обособляться, страдая от одиночества. Это все зависит от того, каков у него был опыт общения с самыми разными людьми до школы: было ли ему о ком заботиться, с кем поспорить, перед кем отстоять себя, научился ли он жалеть, сочувствовать, понимать других и почувствовал ли он ни с чем не сравнимую радость сделать что-то для людей,

радость отдачи, радость ощущения нужности людям!

Как трудно мы шли к пониманию всех этих, в общем-то, азбучных истин. И больше всего на этом пути нам помогло то, что у нас была большая семья, где детишки естественно вступали в разнообразнейшие связи со взрослыми и между собой (помощь, забота, подражание, отстаивание, обида, жалость и т. д. и т. п.), а нам тоже, естественно, приходилось регулировать эти отношения, налаживать их, а при этом меняться самим и менять многие свои педагогические и житейские предрассудки Больше всего нелепых ошибок делали мы, конечно, в самом начале, когда родился Первый, Удивительный, Неповторимый и Единственный. Хорошо, что он недолго оставался таковым -уже появление второго ребенка многое поставило на свои места, а к тому времени, когда родилась дочка - третий малыш в семье, - мы уже основательно поутратили свою родительскую самонадеянность и начали учиться... у своих детей.

И дети нас учат

Вот как это было. Когда нашему первенцу было года полтора, мы, например, обучали его самостоятельности таким образом: если малыш попадал в трудное положение (шлепнулся, или застрял где-нибудь, или что-то не мог достать), мы "не обращали на это внимания", не помогали ему, несмотря на все его слезы и вопли, - пусть сам учится выбираться из трудностей. Мы останавливали бабушку, жалеющую внука и стремящуюся ему помочь, сердились, если кто-нибудь советовал что-то предпринять, чтобы прекратить крик. И, в общем-то, добивались успеха: малыш сам действительно выбирался из затруднения. И все было бы хорошо, если бы не такая "деталь", на которую мы как-то сначала не обращали внимания: во время очередного "урока" страдали больше всех окружающие. Сами того не подозревая, мы учили малыша... не считаться с остальными. И не только этому. Когда стал подрастать второй сын, мы с ним поступали так же. И вот однажды я увидела такую картину: младший плачет от ушиба и испуга, а его трехлетний старший брат даже не взглянет в его сторону - точь-в-точь как мы, взрослые. Но мы-то не смотрели с умыслом (пусть сам справится с бедой), а тут было просто равнодушие, безразличие к слезам братишки. Это неприятно поразило меня. Тогда-то я взглянула на себя, на нашу "воспитательную меру" со стороны и поняла,

почему она подчас раздражает окружающих.

Подобные детские "уроки" исподволь навели нас на самые серьезные размышления о разных сторонах отношений между детьми и взрослыми: о контроле и доверии, о поощрении и наказании, о послушании и капризах и т. д. Один из этих уроков мне запомнился на всю жизнь. Я расскажу о нем подробно, потому что именно он заставил меня по-новому взглянуть на очень сложную проблему - проблему наказании.

Это было лет пятнадцать назад. Однажды мы ужинали несколько позже, чем обычно. Младший сынишка - ему было тогда чуть меньше года - сидел у меня на коленях и немного куксился: уже хотел спать (это я сейчас поняла бы, а тогда не понимала). Взяв со стола ложку, он потянул было ее в рот, но уронил на пол и заплакал.

Я спустила его с коленей на пол и сказала:

- Подними ложку!

Он заплакал еще громче. Логика моих последующих действий была такова: "Ах так: ты роняешь, не поднимаешь, да еще и ревешь - тебя следует за это наказать, чтоб запомнил и не повторил в следующий раз".

Вслух же я говорю:

- Не плачь, подними ложку, тогда я тебя возьму на руки.

Малыш шлепается на пол, отпихивает ложку в сторону и заливается плачем пуще прежнего.

- А... ты еще и не слушаешься!

"Ну, разумеется, этого оставить нельзя, - думаю я, - надо обязательно настоять на своем, а то в следующий раз он..." - такова привычная и убедительная формула взрослых. И я настаиваю, да еще грозным тоном:

- Немедленно подними ложку, иначе!..

Малыш валится на пол и ревет взахлеб, причем рев этот не капризный, а иной, скорее жалобный какой-то... Я теряюсь, мне его жалко, хочется его поднять, успокоить (сейчас-то я бы так и сделала) - ведь он просто хотел спать. К тому же за столом все перестали есть - какая уж тут еда. Но тогда... я твердо стою на своем, памятуя: нельзя потакать капризам - раз, и нельзя допускать, чтобы твое требование не выполнялось - два. А рев не прекращается.

В смятении я почти кричу:

- Ну, тогда не нужен ты мне такой! - и выбегаю из кухни. Останавливаюсь посреди комнаты и сама вот-вот расплачусь - от бессилия, от жалости, от того, что происходит что-то не то, а я не знаю, как надо... Из кухни доносится яростный рев - теперь уже не жалобный, а отчаянный, протестующий. Когда это кончится?!

Проходит пятиминутная вечность... наконец слышу: рев в кухне стихает, раздается тяжелое шарканье. Из-за двери - на четвереньках (это он-то, к тому времени уже умеющий хорошо ходить!) - появляется мой несчастный сын, зареванный, всхлипывающий...

Я еще держусь, не бросаюсь ему навстречу, и он, изнемогая, ползет ко мне и, обхватив мои колени, начинает горько так, жалобно всхлипывать. Тут - наконец-то! - полетели в тартарары все мои "твердые установки", я опускаюсь к нему на пол, и мы плачем оба, крепко обняв друг друга.

Это слезы облегчения и радости: мы опять рядом, вместе. И минуты через две-три он уже спит, еще всхлипывая изредка во сне и долго не отпуская мою руку. Да я и сама не могла никак с ним расстаться. Я смотрела на его осунувшееся личико с размазанными по щекам слезами и впервые в жизни вдруг почувствовала огромную вину перед крохотным человеком. Ведь я была так несправедлива к нему! Он искал у меня понимания и помощи, а получил - за простую оплошность - самое жестокое наказание: от него отказалась мама. Он протестовал как мог, а я... даже не пыталась его понять, шла в своих действиях из каких-то затверженных правил, а не от ребенка и его состояния...

Пожалуй, с этого самого "урока" и началась моя материнская учеба, не прекращающаяся по сей день: я учусь понимать своих детей!

Сложная это оказалась наука. Нет возможности здесь рассказать о многих ошибках и промахах, которые допускали мы, взрослые, в общении с детьми. Нелегко было отказываться от убеждения, что мы правы уже потому, что мы взрослые, а они должны нам беспрекословно подчиняться только потому, что они дети. Еще труднее было в неудачах научиться не сваливать вину на ребят и на внешние обстоятельства, а посмотреть сначала на себя: что ты делаешь не так? И представьте себе, почти всегда причину обнаруживаешь в собственной неумелости, нетактичности, непродуманности, недальновидности. Вот еще пример.

Кто кого наказал?

То, что я расскажу, произошло не когда-то давно, а всего года три назад. Ах, в какую великолепную педагогическую калошу села я тогда при всем немалом опыте и "теоретической

подкованности"! Правда, я сумела-таки из нее выбраться (опыт даром не пропал), но ведь попала же!

Дело было так. Моя пятилетняя дочь, в общем-то ласковая и покладистая девчушка, после одного моего вроде бы невинного замечания вдруг подскочила ко мне со сжатыми кулачками, топнула ногой и, сверкая глазенками, отчаянно выпалила мне в лицо:

- Ты дура! Дура! Дура! - и громко, безудержно разрыдалась.

Я остолбенела. Я не слышала от детей ничего подобного с тех пор, как меня впервые назвали мамой. Я даже не нашлась, что сделать и сказать, покраснела до слез и выскочила на крыльцо. В комнате начался переполох: старшие сестры, слышавшие наш разговор, накинулись на малышку с упреками:

- Как ты могла! Маму обидела! Ты плохая.

- Да, я плохая, - слышу я тонюсенький всхлипывающий голосок, - а зачем мама сама меня обидела? А-а-а...

В первый момент я была словно оглушена и не могла ничего сообразить. Потом, как мне ни было горько, я все-таки попыталась раскрутить события в обратной последовательности: что могло привести дочку к такой нелепой, дикой выходке? После чего она обозлилась?

Я всего-навсего сказала, правда весьма раздраженным тоном:

- Ну, тогда ты не пойдешь со мной на работу! - А почему я так сказала? Вспомнила: она расшалилась с братишкой и на мою просьбу: -Кончайте, ребятки, пора спать, - ответила весело:

- А мне не хо-о-чется!

А перед этим?.. И тут я поняла: что же я наделала!

Всего за пять-десять минут до скандала состоялся очень серьезный разговор между мною и всеми младшими, во время которого мы договорились, что завтра все они пойдут в библиотеку и помогут мне перенести старые журналы, а потом каждый выберет себе любую книжку, чтобы взять домой почитать. Возбужденные предстоящим удовольствием (пойти со мной в библиотеку для них всегда очень приятно), гордые доверием (они же пойдут помогать!), малыши, вместо того, чтобы побыстрее улечься спать, разыгрались, расшалились... А было уже так поздно, а у меня на вечер оставалось еще столько дел... "Ах, когда же вы только угомонитесь?" -думаю я и все больше и больше "завожусь". Раздражение - плохой советчик, и я, забыв о только что состоявшемся договоре, уже не понимаю, почему ребятишки так возбуждены, и... вот, пожалуйста:

- Ты не пойдешь завтра со мной на работу!

Да это же настоящее самодурство: хочу - казню, хочу - милую. И все это ни с того ни с сего, когда человек не только не

чувствует никакой вины, но даже, наоборот, ощущает себя наиболее счастливым и гордым. Какая пощечина самолюбию и достоинству! И обиднее всего, что от мамы...

Милая моя девочка, а ведь твой внезапный бунт - не нелепая, дикая выходка, а настоящий протест против несправедливости... Какая же я действительно дура. Стоп! Но маме сказать "дура" - это же невозможно, это просто немыслимо. Что же делать? Теперь, разобравшись во всем, я уже могу искать выход. Отступают растерянность и обида, я даже улыбаюсь сквозь слезы:

- Как же это я впросак-то попала, ай-яй-яй!

Ну а там, где улыбка, там и скорый конец всем конфликтам, это я уже давно знаю. Но до вздоха облегчения еще далеко: дочка плачет неутешно, я тоже всхлипываю на своем крылечке. Но обе уже чувствуем себя не столько обиженными, сколько виноватыми. Обеим уже хочется примирения, но... как же начать? Я не выдерживаю первая, зову ее тихонько по имени, она приходит ко мне, и мы, перемежая слова всхлипами и вытиранием носов друг другу, признаемся в том, что обе поступили очень, очень плохо и что постараемся больше так не делать...

- Мам, - вдруг говорит моя маленькая и заглядывает мне в глаза, -мам, давай мы это никогда, никогда не будем вспоминать.

Меня поразила эта мудрая интуиция ребенка. В самом деле - кто старое помянет, тому глаз вон. Как же нам было хорошо после промчавшейся бури посидеть вдвоем на крылечке и видеть и слышать, как вечер превращается в ночь и все стихает, стихает кругом, словно успокаивается перед сном...

Кто-нибудь из внимательных читателей может здесь уличить меня в недобросовестности:

- Ведь вы же договорились не вспоминать эту неприятную историю, а сами нарушили договор. Некрасиво получается...

Еще бы! Я почувствовала бы себя настоящим предателем, если бы не получила согласия дочки на этот откровенный рассказ. Она, узнав о моем намерении, сначала бурно запротестовала:

- Нет, мамочка, не надо! Не надо!

Я заколебалась, но потом все же попыталась ее убедить:

- Ты знаешь, мне ведь самой стыдно рассказывать об этом, но мне так хочется, чтобы многие взрослые поняли, как это плохо - обижать малышей и как это хорошо - понять друг друга и никогда-никогда не повторять своих ужасных ошибок. Я тебя не буду называть по имени в этом рассказе. И обязательно прочту, что у меня получится. Если тебе покажется что-нибудь не так, ты меня поправишь, ладно? Дочка, притихшая и серьезная, молча сидела у меня на коленях - думала. Я совсем было уже решила

отказаться от своей затеи и вспомнить для примера что-нибудь другое (но другое-то помнилось не так ярко, вот беда!), как вдруг она обняла меня за шею и шепнула мне в ухо:

- Ну ладно, мамочка, надо так надо...

Теперь хочу вернуться к моему рассказу и спросить: скажите, уважаемый читатель, кто кого наказал в этой грустной истории? Трудно ответить, правда?

После подобных взаимных уроков мне все чаще и чаще поневоле думалось: а почему, собственно, мы, взрослые, так уверены в своем праве карать и миловать, поощрять и наказывать?

Опасно этим правом пользоваться неумелому, неопытному, а еще опаснее - жестокому, холодному. Как легко здесь и пересолить, и недосолить, и вообще сделать совсем не то.

А вот попытка разобраться в себе и ребенке, в мотивах и причинах его поступков и в собственном поведении никогда к плохому не приведет. Тут даже ошибка на пользу пойдет, многому научит, потому что будет пережита и осознана. Вот так и накапливается опыт, который позволяет поступать не "как принято", а как единственно можно и нужно в данный момент.

Вот, допустим, правильно ли, что я первая пошла на примирение с дочкой, не заставила ее сначала извиниться передо мной? Может быть, мне следовало бы подождать? Мой опыт подсказал мне иное: если виноваты оба (а чаще всего так и бывает), именно взрослому надо первому идти навстречу. Добиваться от ребенка, чтобы тот извинился, в то время, когда он чувствует вину и за взрослым, жестоко. Для него такой шаг к примирению всегда связан с унижением, а для взрослого - с великодушием. Огромная разница! Ведь на стороне взрослого сила и власть, пользоваться ими для унижения слабого низость. Это вызывает не раскаяние, а озлобленность и затаенную обиду.

Как же все это сложно! И можно ли сложность и тонкость взаимных отношений уложить в примитивную однобокую схему наказаний и поощрений, то есть каких-то специальных мер, направленных в одну сторону: от взрослого к детям? Да еще от взрослых, которые сами, как известно, далеки от совершенства. Разве не так? Нужно взаимовлияние всех в семье, взаимопонимание, взаимодействие. Тогда меняются к лучшему и дети и взрослые.

Б. П.: Я долгое время о нравственных проблемах как-то не очень задумывался - других забот хватало. К тому же у мамы это получалось лучше, чем у меня.

Л. А.: К сожалению, мужчины нередко предпочитают во все эти тонкости не вникать, да и вообще возиться с детьми не любят.

И очень многое теряют, не только лишая себя удивительных радостей, которые дает общение с детворой, но и прямо-таки подготавливая все трудности подросткового возраста, когда наладить контакты с выросшими детьми становится почти невозможно.

Б. П.: Это верно. Мне всегда было хорошо с малышами, этими любопытными, ласковыми, непоседливыми мурзилками, играть с которыми, делать что-то, просто ощущать их рядом для меня огромное удовольствие и отрада. А вот стали они подрастать, я и сам почувствовал, что эти самые психологические тонкости не мешало бы знать и мне. Но теперь постигать их трудно. Как нелегко, например, признать себя виноватым, неправым. Прямо все существо протестует: он - какой-то мальчишка! - со мной не соглашается, да еще и смеется. Ни на что не похоже! А потом остынешь, подумаешь: ведь сам его учил не подчиняться слепо, самостоятельно находить решения, иметь собственное мнение - чем же ты недоволен?

Ну и сильно же у нас, взрослых, это чувство превосходства по отношению к детям, непоколебимой уверенности в своей правоте. Любое возражение кажется наивным и бессмысленным: что он понимает, что знает, чтобы возражать?!

А вот когда допустишь, что он может знать то, о чем ты и не слыхал, что у него ум непосредственней, живей, прислушиваешься к его мнению и удивляешься: "А ведь молодец! Получше меня сообразил!" Честное слово, очень приятно, оказывается, поучиться чему-то у своего сына, даже маленького. Это поднимает обоих в глазах друг друга и... даже в собственных глазах.

Л. А.: Мне не хотелось бы, чтобы нас поняли так, что все в семье должны быть "на равных правах", отец - "свой парень", мать - "закадычная подружка", все "учат друг друга". Нет, такая "демократия", по-моему, противоестественна и вредна. Ребенок, вступая в наш сложный противоречивый мир, должен приобрести четкий нравственный ориентир: это можно, а это нельзя, это важно, а то неважно, это хорошо, а это плохо - из всего этого и складывается та система нравственных ценностей, которой человек будет руководствоваться во всех жизненных ситуациях - от будничных до исключительных, критических.

И этот ориентир, этот нравственный компас даем ребенку мы - взрослые, живущие с ним рядом. Конечно, многое добавится в характер человека в течение его дальнейшей жизни, общении с разными людьми, в его собственной деятельности, и все-таки эти новые влияния будут накладываться на то, что уже есть в нем, на тот фундамент, который заложен в нем с детства. Заложен нами,

взрослыми. И ни на кого эту ответственность свалить нельзя. Вот и получается, что при всем взаимоуважении и взаимовлиянии в семье ребенок остается ведомым, а родитель - ведущим, а не наоборот.

Спасибо, отец, за науку!

Как же много надо, чтобы быть этим ведущим надолго. Часто вспоминаю я своего отца. Он пользовался и у взрослых и у детей непререкаемым авторитетом. Ему никогда не приходилось дважды повторять просьбу или распоряжение, его редкая похвала запоминалась очень надолго, а укоризненный взгляд переживался как серьезное наказание. Был он немногословен, суров на вид и вечно занят: он начал учиться в 16 лет и прошел трудный путь от неграмотного деревенского парнишки до военного инженера. Очень многое умел делать и любил работать красиво, с душой и выдумкой, а халтуры и бессмысленного, как он говаривал, "мартышкиного", труда не терпел. Был прямолинеен, не выносил никакой фальши и притворства в отношениях между людьми. Может быть, поэтому его побаивались многие взрослые, но никогда не боялись дети.

Как мы, ребята, любили те редкие минуты, когда он играл с нами, и как он сам преображался, отдаваясь игре! Самым удивительным - и притягательным! - для нас было то, что он никогда не ставил себя над нами, не боялся показаться смешным, не стеснялся признаться в собственной ошибке, причем все это без специальных педагогических намерений - просто он таким был.

Однажды в день моего рождения отец подарил мне томик Лермонтова с надписью: "Дочке Лене в день одиннадцатилетия". Я смущенно поправила его:

- Пап, а здесь два "н" пишется...

Ручаюсь, что в такой щекотливой ситуации любой взрослый, "спасая" свой престиж, нашел бы себе какое-нибудь оправдание: мол, описка, зарапортовался, не заметил... А то и нотацию прочитал бы: мала еще -взрослых учить. А отец хмыкнул смущенно:

- Гм, да... Давай исправим, спасибо...

А один раз мы, ребята, целой ватагой прибежали к нему с новой, модной тогда шуткой:

- Папа, расшифруй слово "ДУНЯ".

- Как это?

А вот надо на каждую букву придумать слово, чтобы вместе получилось предложение.

Отец задумался. А мы все повизгиваем от нетерпения и торопим:

- Ну, ну... хочешь, скажем?

- Ладно, сдаюсь - говорите.

- Дураков У нас Нет! - выпаливаем хором и замираем в ожидании.

Отец, чувствуя какой-то подвох, старательно проверяет и вдруг изумленно спрашивает:

- Позвольте, а как же Я?

Мы все оглушительно орем от восторга и буквально катаемся по террасе от смеха. Он сначала недоумевает, а потом, обнаружив скрытый смысл, не обижается, как все взрослые, на эту "дурацкую шутку", а хохочет сам с нами до слез... На фронт он ушел добровольцем. Мог бы остаться - его посылали на Урал, предлагали пост начальника военного училища в Златоусте (его щадили: перед войной он долго лечился и еще не оправился после затяжной болезни).

- Алеша, как хорошо-то... - робко обрадовалась мама, но встретила суровое:

- Я отказался. Ты пойми меня и не проси о том, что невозможно. Не умею я прятаться за спины других, не прощу себе этого, если сделаю...

Вот так и нам, детям, он умел не прощать ни одного, даже, казалось бы, мелкого проступка, в котором проявлялась хоть капелька лжи, трусости, хвастливости, захребетничества. Помню, я однажды провинилась перед отцом: он делал забор, я ему помогала. Понадобились срочно гвозди, и я отправилась за ними, но, увидев играющих на улице ребят, не выдержала соблазна и убежала к ним играть. Когда я вечером возвращалась домой, ноги не слушались меня. Я не боялась, нет, это чувство было сильнее страха. Может быть, это был стыд и раскаяние? Когда я появилась в комнате, отец взглянул на меня. Только взглянул. И вот этот взгляд я помню до сих пор. В нем не было ни упрека, ни осуждения, даже простого неудовольствия не было, зато было какое-то горькое недоумение: мол, подвела ты меня, не ожидал... Меня словно кипятком обожгло - я почувствовала, что совершила что-то бесчестное, постыдное, словно маленькое предательство. Да так оно и было, и отец дал мне это понять. Он никому ничего не сказал, и мой проступок не был предметом семейного разбирательства, но этот взгляд! Мне и сейчас перед ним

стыдно... Я вспоминаю отца часто, особенно когда туго приходится, представляю себе: а что сделал бы он, что он сказал бы? И всегда я перед ним как девочка, которую он когда-то сажал на колени и спрашивал ласково и заинтересованно:

- Ну, курносая, рассказывай, как дела?

Он погиб осенью сорок первого... Ему тогда было тридцать девять... Я сейчас уже старше его, но мне никогда не перерасти отца. Он будет всегда впереди и выше меня, но всегда рядом. Из своего немыслимого далека, из моего детства, он и сейчас словно руководит моими мыслями, поступками, как будто в нем, в его образе сосредоточилась вся моя совесть.

К этому рассказу об отце я хотела добавить только одну фразу: весь наш родительский авторитет - да и не только родительский - зависит не от возраста, не от служебного положения, не от каких-то там приемов, ухищрений, педагогических (и буквальных!) "кнутов" и "пряников", а от того, какие мы люди: справедливы ли? Честны ли? Умелы, требовательны, добры? Благородна ли цель нашей жизни? Чисты ли средства ее достижения? Написала - и тотчас увидела знакомый прищур насмешливых отцовских глаз: "Красиво, а неправда..." - "Почему?!" - хочется крикнуть мне, но... отец никогда не любил подсказывать.

И вот думаю, думаю... почему неправда? Разве уважение к человеку, его авторитет не зависят от того, каков этот человек? Зависят! Почему же неправда? Исподволь начинает тревожить мысль: если бы все было так, как я сказала, тогда уважением и авторитетом пользовались бы лишь самые лучшие люди земли. Но как часто можно увидеть совсем другое. Иногда люди сотворяют себе кумира из того, кто не всегда достоин даже простого уважения. Бывает и так: люди, обладающие весьма невысокими нравственными качествами, но умеющие быть требовательными и играть на слабостях человеческих, подчиняют себе людей, вызывая их неподдельное уважение. И здесь как раз существует множество способов, тех самым "кнутов" и "пряников", с помощью которых "стадо" подчиняется "пастуху". Разве главари банд или воровских шаек не пользуются авторитетом у своей братии? Еще каким! Причем необязательно завоеванным с помощью запугивания и страха. Все гораздо сложнее...

Ты прав,. отец... Но как же в этом разобраться?

А если посмотреть с такой стороны: кто у кого пользуется уважением? Ого, какое богатое поле для наблюдений и размышлений! Для одних важны: ум, честность, увлеченность, глубина знаний, мастерство, доброта, бескорыстность, верность, своеобразие личности. А для других: влиятельность, связи,

изворотливость, известность, обеспеченность, соответствие моде и принятому стандарту... Разделение это, разумеется, схематично и неполно, но не в этом дело. Важно другое: почему одними ценится одно, другими - другое? И заметно это уже с очень раннего возраста - воспитатели и учителя это хорошо знают. Ну, конечно, это зависит от того, что ценится в семье, в которой растет ребенок. Именно семья ориентирует ребенка в жизни с самого начала. Не словами, разумеется, а общим настроем, семейным укладом, отношением к людям и их делам, собственным участием в жизни окружающих. Вот говорят: с кем поведешься, от того и наберешься. А с кем поведешься? Разве это не зависит от самого человека? Читаю, например: "Мне посчастливилось встретиться с замечательными людьми, они помогли мне стать человеком". Думаю: не в счастливом случае тут дело, хорошие люди встречаются всем, но не все их видят. Научить подрастающего человека не пройти мимо настоящего, не увлечься ложным, недостойным человека - вот задача необычайной важности!

Мне всю жизнь везет на хороших людей - спасибо отцу за науку. И вот теперь, когда у меня самой растут дети, я вновь и вновь вспоминаю его уроки простоты, искренности, безупречной честности и высокой нравственной требовательности к себе и к людям, даже самым маленьким. Не послушания он хотел от нас, своих детей, а понимания и верных самостоятельных решений. Думаю, это во многом определило весь наш дальнейший жизненный путь.

Споры не ссоры

Б. П.: Иногда нас спрашивают, послушны ли наши дети, не вступают ли с нами в пререкания, в споры. Надо сказать, что мы не стремимся к послушанию, к беспрекословному подчинению. Ребенок должен не бояться быть самим собой и иметь право высказывать наравне со взрослыми свое мнение.

Когда-то я прочитал о том, что дети в первобытном обществе имели право присутствовать на общих собраниях племени, и бывало, что по реплике десятилетнего вносили изменения в какое-то решение. Какое доверие оказывали там детям! Как это было для нас ни трудно, но мы старались избавляться от авторитарности и с самого начала пытались строить жизнь семьи на демократических началах: все, что касается общих дел или проблем, обсуждаем вместе с детьми, причем первое слово предоставляем младшему, а затем - по старшинству - очередь доходит до меня или до дедушки.

Иногда наши споры по наиболее острым вопросам мы записываем на магнитофонную ленту, а спустя какое-то время возвращаемся к ним и продолжаем "скрещивать шпаги" до тех пор, пока не придем к какому-нибудь общему мнению. При этом можно доказывать, возражать друг другу, но оскорблять и "обзываться" считается недопустимым. Л. А.: Однако это бывает, когда у спорщиков не хватает других аргументов, и они как петухи начинают наскакивать друг на друга. Тут очень помогает какая-нибудь добрая шутка - она сразу снимает напряжение и разгорающуюся неприязнь. Жаль, что не всегда хватает юмора на такую добрую шутку. Иногда получается что-то столь неуклюжее, что больше напоминает насмешку, колкость, иронию, а это только подливает масла в огонь. И страсти разгораются еще больше. Приходится учиться и этому нужнейшему в жизни искусству - шутить, находить смешное в самых, казалось бы, грустных ситуациях и безвыходных положениях. Для этого иногда бывает достаточно просто взглянуть на себя со стороны: надулись друг на друга, растрепались, раскраснелись - настоящие петухи. Скажешь потихоньку: "Ку-ка-реку", -всем делается смешно, и злости как не бывало! Пока речь шла об обсуждении с детьми каких-то общих проблем, касающихся семьи. Но ведь бывают и несогласия между взрослыми. Обычно от детей их скрывают. А как делали мы? Вопрос этот непростой и даже в какой-то степени больной для нас.

Дело в том, что мы волей-неволей с самого начала поставили себя в положение спорящих чуть ли не со всем белым светом: многое в нашей семье было непохоже на традиционное, привычное воспитание и воспринималось как вызов, нарочитое пренебрежение общепринятыми нормами и воззрениями. Сейчас я понимаю, что это отношение имело под собой какое-то основание -увлеченные удивительнейшим и, в общем-то, новым для нас миром детства, мы забыли об окружающем нас мире взрослых и невольно пренебрегли некоторыми законами этого мира.

С нами, наверное, происходило то же самое, что некогда случилось с Архимедом, когда он с криком "Эврика!" бежал нагишом по улице, возбуждая у добропорядочных граждан желание поймать осквернителя благопристойности и... Нам тоже хотелось скорее рассказать людям о том, как много, оказывается, могут дети, как с ними интересно и легко, если создать для них иные условия жизни и изменить отношение к ним.

Мы не причесывали своих мыслей и поступков и забывали одеть их в приличные - привычные! - одежды... Конечно, это раздражало очень многих, конечно, вокруг нас и ребят постоянно кипели страсти и споры. Спорили и мы между собой, иногда и при детях.

- На что вы обрекаете ребят? - возмущалась бабушка, моя мать. - Вы издергаете их нервную систему, они не будут уважать ни вас, ни окружающих. Ты вспомни: знали ли вы, дети, когда мы с отцом были не в ладу? Никогда! Мы перед вами выступали всегда единым фронтом: никаких разногласий при детях у нас не было и быть не могло. В этом была наша сила.

Я, сколько ни старалась, действительно не могла вспомнить ни одной ссоры матери и отца и мучительно сомневалась в правильности собственной беспокойной жизни. Но, сомневаясь, все-таки никак не могла предотвратить того, что уже накатывалось на нас как лавина: сенсация, шумиха, вторжение в нашу семейную жизнь многих незнакомых и неблизких людей, которые тоже что-то предлагали, отвергали, оценивали и спорили, спорили, спорили...

Вспоминая сейчас это трудное для нас время, я с горечью думаю: спорящие взрослые подчас забывали о том, что предмет спора - живые дети, и допускали, даже педагоги, бестактные выводы, прогнозы и замечания по поводу нынешней и будущей жизни наших ребятишек.

Мы поистине вызвали огонь не только на себя, но и - что страшнее! -на своих детей. Но... сделать уже ничего не могли. Спрятать детей от всего этого можно было только ценой

притворства, обмана, в лучшем случае утаивания правды, но на это мы не могли пойти ни за что! Вот и получилось так, что дети наши росли в обстановке далеко не мирной, и опасений у меня самых разных до сих пор предостаточно.

Но вот состоялся очень важный для меня разговор с моим совершеннолетним сыном (я не называю ребят по именам не случайно - они сами так захотели). Я спросила его, правда не без смущения, но без всяких подвохов и подходов:

- Как ты думаешь, это было очень плохо, что мы всегда спорили обо всем при вас?

Он ответил, чуть помедлив и с некоторым недоумением:

- Почему плохо? Я считаю, что это вообще хорошо - слушать споры: интересно сравнивать доводы, самому находить решение, независимо от того, кто как сказал. Ведь вы же не заставляли меня и всех нас обязательно высказываться, и мне не нужно было ни к кому подлаживаться - вот это-то и было здорово. Это, наверное, хорошо учит мыслить. Помнишь, в Древней Греции так учили молодых: они присутствовали при спорах признанных мудрецов, но сами не принимали в них участия, не обязаны были присоединяться ни к той, ни к другой стороне. И так учились думать. Это было замечательно! Я просто воспрянула духом. Оказывается, дело было не в том, что мы спорили, а в том, какое участие в этом принимали дети. Но ведь мы действительно никогда не делали из них судей в наших спорах, не тянули их каждый в свою сторону, не требовали высказаться и не возражали против их участия в споре. Словом, они были свободны в своих размышлениях и высказываниях. Так продолжается и сейчас.

Кроме того, у нас это все-таки не ссоры, а споры, не скандалы с явными или скрытыми оскорбительными нападками, а честные поединки с желанием непременно, самыми неотразимыми аргументами переубедить и убедить противника. Конечно, без эмоций такие споры не обходятся. Бывает и прорвется: "Ты ничего не понимаешь и не хочешь понять!" Бывают и слезы. Но все равно главным для нас остается найти истину, а не уязвить друг друга. Поэтому мы и стараемся поскорее "отойти" и перестать сердиться друг на друга.

Забота о других

Эта задача посложнее, чем просто заботиться о детях. И куда важнее. Я бы сказала, что главная родительская забота и должна

состоять в том, чтобы научить детей быть заботливыми. Как? Много об этом приходится размышлять, много огорчаться и радоваться. Итог всему можно было бы подвести такой: чтобы дети росли внимательными и заботливыми, необходимы, по крайней мере, три условия: во-первых, самим взрослым всегда друг о друге заботиться, только не напоказ, а всерьез, чтобы это было в семье просто нормой отношений, как бы нравственной средой обитания ребенка; во-вторых, с самого начала не отвергать желания ребенка помочь, принимать его работу, пусть даже неумелую, всегда с благодарностью ("Спасибо тебе, доченька. Ну что бы я без тебя делала... Выручил ты меня, помощник ты мой золотой..."), а в-третьих, вместе с малышом заботиться о ком-то, делать что-то для другого: папе, например, организовать с детьми уборку дома в мамино отсутствие, а маме побеспокоиться о том, чтобы к приходу папы с работы малыши вместе с нею приготовили для всех ужин и накрыли на стол.

Простые, кажется, вещи, а сколько понадобилось нам времени, чтобы разобраться в этом. Нас, правда, сильно выручало то, что мы в семье все очень расположены друг к другу. Даже наши споры всегда доброжелательны, а дело каждого обычно вызывает интерес у всех. Так у нас сложилось с самого начала, когда и семьи-то еще никакой не было, а были только двое: ОН и Я. Буквально в первый день знакомства, обедая вместе во время перерыва одного педагогического совещания, мы разделили пополам между собой: он - яблоко, я - пирожное. Вот с тех пор у нас и повелось: и горе, и радость, и работа, и забота - все пополам.

Конечно, не обходится без ошибок и недоразумений, иногда комичных, а иногда больно ранящих нас обоих. Немудрено: ведь любовь и забота реализуются в великом множестве разных поступков одного человека по отношению к другому: как посмотрел; что сказал; как встретил и проводил; как слушает; почему молчит; заметил ли; понял ли; когда улыбнулся, а когда нахмурился... - из всего этого и многого другого складывается общий язык для понимания друг друга, язык общения. А у каждого из нас этот язык был свой, во многом непохожий на язык другого.

Не сразу сложилась у нас общая песня. Тем более что к дуэту нашему присоединялись новые - детские - голоса, и наладить стройный хор из всего этого многоголосья оказалось трудно. Так получилось, наверное, еще и потому, что опыта жизни в большой семье у нас не было, и нам приходилось пробовать, изобретать, мучиться там, где все должно бы получаться само собой. Вот, допустим, одно время для нас было настоящей проблемой

собрать всех к столу. А все началось с... заботы о занятиях и делах каждого: дескать, дело главнее еды. И пошло: пора обедать, а у всех еще какие-то дела неоконченные. Обед стынет, я нервничаю... Так забота об одних вылилась в неуважение к труду других. Вспомнили мы, как уважительно относились к еде - результату огромного труда! - в больших крестьянских семьях, где помыслить не могли опоздать к столу, и не только из-за того, что есть хотелось, или потому, что за стол не пустят: совестно было опаздывать, когда другие ждут. Нам пришлось возвращаться к этому естественному и единственно верному отношению к еде. Но это оказалось потруднее, чем с самого начала организовать все, как должно быть. Теперь надо было разъяснять, просить, не пускать за стол опоздавших - морока, да и только.

Грустно, что подобные, в общем-то элементарные, правила общения нам пришлось постигать методом проб и ошибок. Бывало, что и безусловно хорошее доводили до своей противоположности.

Решили, например: никому никаких лучших кусков. Делили на всех поровну: торты, дорогие фрукты, шоколадки и т. д. Получилось вроде все правильно: никто не в обиде, и никто в одиночку ничего вкусного не съест, обязательно другим оставит.

Мы были довольны: справедливость и забота налицо. А вышло как в песне: "Хорошо-то хорошо, да ничего хорошего". Стала я замечать, что уж слишком старательно начали следить ребята за точностью дележа, чтоб никому не досталось ни больше, ни меньше. Меня такая скрупулезность покоробила раз-другой. Потом начала раздражать все больше: запахло какой-то мелочностью, счетами... Никому не приходило в голову, что дележ этот, по сути, несправедлив: и маленьким и большим доставалось поровну, но малыши могли и не справиться со своей порцией, а старшим явно хотелось еще. Конечно, отдавали свое другому, но тогда, когда самому уже не хочется. Получалось: "На тебе, боже, что нам негоже". Вот так забота! Снова пришлось искать, как же от этого избавиться. Стали мы делать иначе: папа режет торт, например, на заметно неравные части:

- Кому самый большой?

- Дедушке, - предлагаю я.

- А с этой красивой розой?

- Маме? - полуспрашивает кто-то из малышей.

- Конечно, молодец! - одобряет папа. - А вот эти, с шоколадками?

- Папе!

- Нет, - говорит папа, - давайте их девочкам отдадим. Согласны, мужчины?

Сестренки смущены и обрадованы вниманием, а "мужчинам" приятно проявить великодушие: они тоже довольны. Конечно, сразу все гладко не получалось, но поворот к нужному был сделан, и как радостно было услышать:

- Пусть Алеше три конфетки, а нам по две - он же большой. - Или: - Мам, отдай мое яблоко малышам - им нужней.

И надо было видеть глаза ребят при этом - радостные, доброжелательные. Счеты сеяли рознь, а забота вызывала расположение, протягивала ниточки дружбы.

Б. П..: Я думаю, что лучше всего, когда забота о других проявляется в деле, а не в говорении. Потратить время, силы, нервы ради того, чтобы реально помочь кому-то, - вот что нужно прежде всего. Очень крепко нам всем надо задуматься об этом, если мы хотим, чтобы росли наши дети отзывчивыми и заботливыми не только на словах. Вот что говорил по этому поводу Роберт Оуэн: "Дети должны стараться сделать счастливыми своих товарищей. Это правило должно быть первым и последним словом всякого воспитания". "Сделать счастливыми", а не просто сочувствовать и говорить добрые слова.

Л. А.: Но одно другому не должно мешать! Плохо, если сочувствие только на словах, но иногда и доброе слово - одно слово! - может человеку помочь. И непросто это - найти его вовремя. Когда расстроишься, так хочется, чтобы кто-то подошел, утешил, спел по-дружески: "Капитан, капитан, улыбнитесь!" - это ведь тоже забота, делающая людей счастливыми.

Хочется мне рассказать еще об одной нашей ошибке, которая добавила нам хлопот.

Старшим детям было уже лет по семь-восемь, когда я заметила, что все чаще в нашем доме слышится: "Но я же занят!" - "У меня важное дело, а ты..." - "Мне так почитать хочется..." Я, меня, мне... Это понемногу стало настораживать меня: почему такое заметное внимание к самому себе, своим делам и своим заботам - как бы отстаивание себя среди других. Откуда это взялось? Казалось бы, к детям мы всегда внимательны, и наша жизнь для них тоже далеко не безразлична. Мы дружны, все любим друг друга, и вот такое... Почему?

Одну из причин этого я увидела вот в чем. Мы довольно длительное время не догадывались о простом: каждый, даже самый крошечный, человек нуждается в таком времени, когда он полностью предоставлен сам себе, его не дергают, к нему ни с чем не лезут, то есть ему не грозит вторжение извне. И чем старше становится человек, тем нужнее ему это неприкосновенное время. Мы были уверены, что уж чего-чего, а свободы у наших детей хоть отбавляй -сплошная

самостоятельность. Так оно и было, но при этом мы, взрослые, считали себя вправе в любое время, в любой момент, например, позвать: "Оля, иди ко мне!" Или что-то поручить: "Антон, сходи в магазин". Или просто: "Ты мне нужен", - независимо от того, чем занят тот, кого зовешь. Так же делали и ребята по отношению друг к другу.

Да и сами мы, взрослые, тоже фактически не имели этого необходимого неприкосновенного времени: ребята могли прибежать к каждому из нас во время серьезной работы, разговора, чтения, и мы считали нужным прервать свое занятие и выслушивать их, исподволь испытывая при этом некоторую досаду и раздражение: ведь прервали на самом интересном месте. Но мы терпели, ибо считали: это и есть свобода и равноправие. А получалась элементарная бесцеремонность и неуважение к делу и времени друг друга. Это не могло не привести к раздражительности, какой-то нервозности в отношениях. В доме появилась еле уловимая, а потом все более отчетливая тенденция защищаться, отстоять себя. Вот и появилось: "Не мешайте, пожалуйста, у меня столько еще дел!", "Ну почему я? Я и так не успеваю..." и т. д. и т. п.

Этого в значительной степени можно было бы избежать, если бы с самого начала установить такой порядок: занятого человека отвлекать без крайней необходимости не следует. Это тоже проявление той самой заботы, в которой нуждается и большой и маленький человек.

Да, забота может проявляться по-разному, но главное, мне кажется, заключается в том, что надо очень хорошо понимать того, кому хочешь помочь - словом ли, делом ли - все равно. Иначе забота может обернуться обидой. Вот я и вернулась к тому же, с чего начинала: важно понимать друг друга, находить общий язык каждому со всеми: сначала в семье, потом в школе, во дворе, на улице - везде. Этому приходится учиться все время. И тем успешнее постигаешь эту трудную науку жизни, чем неравнодушнее и добрее относишься к людям, чем интереснее для тебя своеобразие каждого человека, его непохожесть на других. В этом интересе и уважении к людям и состоит, по-моему, секрет общительности, контактности - очень нужного в жизни свойства.

Микроб тщеславия

Нас часто спрашивают: "Общительны ли ваши дети?", или так: не заносчивы ли они, не считают ли себя выше остальных, поскольку растут эдакими знаменитостями чуть ли не с пеленок?

Что говорить, опасность такая была. Вообще микроб тщеславия и зазнайства очень силен: чуть зазеваешься, он уже тут как тут - сидит и погоняет: ты должен быть впереди... ты можешь быть лучше всех... ты самый, самый, самый... Для этого надо просто несколько раз сказать это себе и своему чаду. А дальше пойдет: "Алик, покажи тетям и дядям...", "Вовочка знает уже пятнадцать букв, а ты...", "Посмотрите, как он рисует, -талант!", "Что вы, только в английскую школу!", "Ну, конечно, отличник..." - это голоса родителей. А вот и голос сына: "Куда ты лезешь, медали не для таких, как ты" - так он может сказать своему однокласснику, а может только подумать - такие дети вежливости как раз обучены, наравне с эгоизмом и бессердечием.

Если бы у нас был один ребенок, наверное, мы не справились бы с этой коварной болезнью. Я очень хорошо помню это ощущение: мой ребенок особый, необыкновенный; все остальные дети не то, совсем не то! И вот что страшно: все это на уровне подсознания, почти инстинкта, поэтому с этим трудно бороться. Но вот родился второй, третий... ощущение чуда хоть и осталось, но перестало сосредоточиваться на одном, вошло в нормальные рамки материнской любви, конечно, пристрастной, но не гипертрофированной. Тогда появилась другая опасность: звание "вундеркиндов". Это словечко прилипло к нам надолго. Наши дети стали казаться необыкновенными некоторым из наших гостей, знакомых. Вот это было и вовсе ни к чему. Мы стали замечать, что при гостях наши "звезды" (их тогда было трое) и ходить начинают как-то не так, и улыбаться слишком часто, и показывать свои физкультурные упражнения, как бы оказывая снисхождение присутствующим, - все это в степени пока небольшой, но все-таки заметной. Ого! Когда я это обнаружила, решила твердо: никаких показов и демонстраций, надо прекратить этот хоровод вокруг ребят.

Б. П.: Но было уже поздно! Как мама ни настаивала на этом, мне не позволяла совесть отказать многим людям, которые уже тогда приходили в наш дом посмотреть спортснаряды, кубики, игры и, конечно, самих малышей. Ведь это была не просто любопытствующая публика, а люди, действительно очень нуждающиеся в совете и помощи. Впрочем, мы и сами нуждались в доброжелательном взгляде со стороны, в дружеской поддержке. Ну как им можно было отказать?! Я не видел большой беды в том, что ребята покажут свои достижения, - ведь все дети это очень любят. Тем более что это было нужно тем, кто у нас бывал, нужно

людям. Тогда мы договорились: никаких сверхпохвал - дело обыкновенное - были бы у других детей те же условия, они бы развивались так же или еще лучше. Гостей мы просили не слишком восхищаться, воздерживаться от эпитетов в превосходной степени. Не всегда получалось, как хотелось бы, но все же профилактика этой проблемы не прошла даром: ребятишки кривляться отучились. Это, конечно, не полностью, сложности остались, но мы были теперь начеку.

Отчасти в целях этой профилактики я часто организовывал и соревнования наших малышей с соседскими ребятишками: по бегу, прыжкам, метанию, гимнастическим упражнениям. Наши обычно были сильней в гимнастике, а в беге и прыжках побеждали не всегда, в метании же и вовсе отставали. Не обходилось без слез, но зато ребята усваивали, что они не "самые-самые-самые", что и другие тоже молодцы. Между прочим, эти соревнования и меня научили быть посдержаннее в похвалах и объективнее в оценках: секундомер бесстрастен и одинаков по отношению ко всем.

Ходили к нам окрестные ребятишки и без всяких соревнований: кто в мастерской повозиться, кто на турнике или кольцах позаниматься, кто просто поиграть. Мы их не стесняли, в их занятия старались не вмешиваться, но наблюдали изредка: как там наши ребята среди остальных, более старших? Удивляло нас то, что они себя ни младшими, ни слабыми считать не хотели - играли, а если приходилось, и ссорились на равных правах. Я говорю в прошедшем времени, потому что те, о ком речь, уже выросли. Но то же повторяется сейчас и с младшими их сестренками и братишкой, которые своих старших очень любят, но внешней почтительности к ним не проявляют и никакой зависимости от них не испытывают.

По-прежнему ходят к нам ребята со всей округи, приезжают родители с детьми всех возрастов. Контакты с ними налаживаются быстро, хотя бывают, конечно, и конфликты, и обиды. Кстати сказать, в ссоры детей мы стараемся не вмешиваться, предпочитаем, чтобы они сами могли во всем разобраться, а если нужно, и за себя постоять, и другого защитить, и постоять за правду и справедливость.

Честь смолоду

Л. А.: Некоторые могут сказать: да речь-то идет о

дошкольниках, дети они еще, крошки - оберегать их надо от всяких треволнений, какая там борьба за правду и справедливость? Возражение это не придумано - так или почти так говорили нам неоднократно. Какое заблуждение! Если этому не научиться до школы, каково же будет в классе, где сталкиваются тридцать-сорок характеров, и никакому учителю невозможно разобраться в сложности взаимоотношений каждого с каждым.

Трудно представить себе, сколько разных проблем сваливается на человека в первый же день его пребывания в школе, проблем, которые он вынужден решать сам, без чьей-либо помощи. Вот мальчишка на уроке дернул сзади за волосы. Стукнуть? Не заметить? Пожаловаться? А он опять дернул. Так вот же тебе!

- Встань, как твоя фамилия?

- Ну Петрунин...

- Хи-хи, Петрушка...

Обидеться или засмеяться? Ну вот, в носу защипало, слеза по носу поползла, и платка нет... И чего эта девчонка смотрит и смотрит...

- Марьиванна, а Петрунин язык мне показал!.. Марьиванна, а Петрунин дерется!

У-у, сама толкнула, а сама жалуется! Еще стукнуть? Сказать учительнице? Или потом задать ябеде как следует? И все это в течение каких-нибудь двух минут. Вопрос "Как теперь поступить?" будет одним из главных в жизни ребенка. От него никуда не денешься, а ситуации все усложняются: старший мальчик в коридоре толкнул, а "большой дядя" в туалете заставляет поднять окурок и бросить в урну. Как поступить? Покориться? Смолчать? Возмутиться? Нет, это очень важно, чтобы человек как можно раньше узнал, как надо поступать в те или иные трудные моменты жизни. И не просто знал, но и уже поступал, много раз пробовал себя в разных ситуациях, чтобы уже до школы выработал чувство собственного достоинства, гордость, смелость - качества, совершенно необходимые для жизнестойкости, самоутверждения и сохранения себя как личности независимой и неподкупной. Как создать их в человеке, чтобы берег он честь смолоду? Привычная фраза, а что за ней?

Б. П.: Мы уже говорили, что отвергли послушание как цель воспитания, потому что от послушания до покорности один шаг. А покорный человек -игрушка в руках сильного. Мы стремились, чтобы ребята, даже самые маленькие, имели собственное мнение и не боялись его высказывать. Именно поэтому в самых разных житейских ситуациях мы старались предоставить ребенку право

решать и поступать самому и за ошибки свои расплачиваться тоже самому. Мы старались не просто приказывать или отдавать распоряжения, требуя немедленного выполнения, а объяснять, почему нужно что-то выполнить

Наши ребята любят выполнять все осмысленно, толково, а бестолковой организации или самоуправства не переносят. Помните: даже пятилетняя малышка взбунтовалась против несправедливости. Ну, конечно, форму выбрала неподходящую: маму обозвала, крик подняла, но возмутилась же! Значит, есть чувство человеческого достоинства. Уж она не будет терпеть унижения и оскорбления.

Помню один случай, когда в мастерскую, где я проводил урок труда с восьмиклассниками, пришел Антоша, ему всего восемь лет было. Один из ребят - выше меня ростом - решил над ним подшутить: провел по его волосам рукой "против шерсти" - сзади наперед - и сказал что-то обидное. Я стоял далеко и не сразу понял, что произошло. Вижу только: мой Антошка вдруг как взъерепенится, как подскочит к обидчику (а сам ему чуть не до пояса) -кулаком его раз, другой, третий! Тот даже опешил: "Ну чего ты, я же пошутил..." - но больше к Антону уже никто не приставал. Я не успел даже и слова в его защиту сказать. Ну, думаю, молодец, в обиду себя не даст.

Л. А.: И не только себя - это, думаю, поважнее. Как-то Оля вступилась за брата, когда мы все были настроены против него, а она считала, что это несправедливо. И ведь доказала, что все мы были не правы. Я хорошо помню, как ей было трудно говорить - ей ведь и десяти не исполнилось, а кругом нее рассерженные взрослые, старшие, младшие, возмущенные "безобразным поступком" Антона. Но она видела, как все произошло, рассудила по-другому и стояла на своем, пока мы не разобрались во всех тонкостях происшедшего конфликта и не признали ее правоту.

Как сделать, чтобы в разного рода сложных ситуациях ребенок научился действовать не из страха или какой-то выгоды, не по принципу "Наших бьют!" и не потому, что "Хочу, чтобы было по-моему!", а по справедливости. Ведь тогда надо эту ситуацию оценить, решить, кто прав, кто виноват, на чьей стороне выступить. Как сделать выбор? Вот когда нужна правильная ориентация в нравственных ценностях, твердое знание того, что такое хорошо, а что такое плохо. И вот тут неоценимую помощь оказывают литература, музыка, живопись, театр - искусство, образный мир которого доступен детишкам с самого нежного возраста.

Меня как-то поразила простая мысль: человечество шлифует и накапливает свой нравственный опыт тысячи лет, а человек должен усвоить его, чтобы стать на уровень культуры своего времени, за какие-то 15-20. А чтобы вступить в разнообразное общение с людьми, ему этот опыт или хотя бы основы его надо усвоить еще раньше - в пять-семь лет! Какое бы разнообразие жизни и деятельности ни предоставила ребенку семья, как бы ни были развиты связи детей с людьми и окружающим миром, все равно узок будет этот мир и беден будет этот опыт без соотнесения его с нравственным опытом человечества, со всем тем богатством, которое накопило оно за свою многовековую историю. Но как сравнить свой личный опыт с тем, что уже было, что есть и должно быть, что будет? Вот для этого, по-моему, и необходимо искусство, которое вооружает человека тем, что не постигнешь простым опытом жизни. Оно как прометеев огонь, который поколения людей передают друг другу с надеждой донести его до сердца и разума каждого, кому посчастливилось родиться человеком. Донести, чтобы каждый человеком стал.

Б. П.: Думаю, не надо преувеличивать роль искусства. Человека делают обстоятельства, характер его деятельности, условия его жизни. Искусству среди этих условий тоже есть место, но, во-первых, не главное, а во-вторых, не самостоятельное: оно само, как известно, неоднородно и подчинено интересам разных классов и прослоек общества. Так что красивые слова о прометеевом огне, я думаю, даже в образном плане не соответствуют действительности. Конечно, искусство многому учит, дает знание о мире, о человеке, об отношениях между людьми, но, чтобы переделывать людей, делать новорожденного человеком, - это ему не под силу

Л. А.: Это наш старый спор, в который однажды внес свою лепту и семнадцатилетний сын. Обычно на вопрос: "Для чего человеку надо научиться читать в три года?" - мы отвечали так: уже до школы ребенок многое узнает из книг. Ему становятся доступны географические карты и справочные издания, расширяется круг его интересов, развивается его фантазия, воображение. Чтение становится его потребностью и удовольствием. Он становится безупречно грамотным без усвоения грамматики. Наконец, это экономия времени взрослых: он перестает приставать: "Почитай, почитай!" Да и на свои многочисленные почемучкины вопросы ищет ответы в книгах. А Алеша сказал то, до чего мы, к сожалению, сами не додумались,

но что является необыкновенно важным результатом раннего чтения. Вот его мысль (передаю, конечно, не буквально, но за смысл ручаюсь): наша художественная литература, в особенности детская, чрезвычайно нравственна по сути своей. Рано научившись читать и читая куда больше, чем ему читали бы взрослые, ребенок незаметно для себя обязательно приобретает нравственный эталон, образец для подражания - еще до того, как сталкивается с некоторыми теневыми сторонами жизни, до того, как начнут на него сильно влиять разные условия, в том числе и неблагоприятные. Тогда он встречается с этими условиями как бы нравственно защищенный, уже исподволь усвоивший основные представления об отношениях между людьми: о добре и зле, о смелости и трусости, о скупости и щедрости, о многом-многом еще.

Б. П.: Получается, что влияние литературы может быть сильнее, чем влияние действительности? Даже в том случае, когда они по направлению противоположны? Что-то не верится. Слишком тогда было бы просто воспитывать людей: читать сказки и "воспитательные" рассказы с утра до вечера - и все в порядке: обеспечена высоконравственная личность.

Л. А.: Не надо иронизировать по поводу этих сказок и рассказов. Влияние их на формирование личности ребенка очень велико.

В библиотеке, где я работала, и у нас среди гостей я в своей жизни встретила лишь четверых подростков, которые не читали и не любили сказок. Было ли то совпадением, не знаю, но все они были похожи своей безапелляционностью, рационалистичностью, отсутствием живого любопытства и даже чувства юмора. Все это в разной, но заметной степени. Двое из них были очень развиты, но с ними было трудно говорить, трудно ладить. Впечатление от них описать трудно; может быть, я что-то преувеличиваю или говорю неточно, но очень четко помню: мне каждого становилось жалко, потому что они были лишены какой-то внутренней доброжелательности, необходимой для налаживания контактов с людьми. Один из них производил тягостное впечатление странного, даже больного человека, хотя был абсолютно здоров и на мой вопрос: "Как ты учишься?" - снисходительно ответил: "На "пять", разумеется". - "А почему ты читаешь фантастику?" - спросила я, записывая выбранные им книги. Он скривил губы: "Не всякую. Грина, например, не люблю. Какая это фантастика - выдумки все это. Фантастика - это научное предвидение, то, что на самом деле будет, а что Грин - красивая неправда, вот и все". Он смотрел на меня холодноватыми ироничными глазами, уверенный в собственной правоте. Мне нечего было сказать ему:

какими словами могла я до него достучаться, если этого не смогла сделать ярчайшая человечность и доброта Грина? Как же этот "мыслитель" будет понимать людей, как жить с ними?

Виновата ли здесь нелюбовь к сказкам? Думаю, да. Для чего создано это величайшее изобретение человечества - сказки? Наверное, прежде всего для того, чтобы передать новым поколениям уже в детстве, самом нежном, самом восприимчивом возрасте, основные нравственные понятия и чувства, выработанные вековым опытом, передать не в виде голой морали и проповеди, а в прозрачно ясной по смыслу, прелестной и забавной по форме сказке, с помощью которой детям преподносится знание о сложной и противоречивой действительности. У нас в семье все очень любят сказки. Читаем их по нескольку раз, особенно любимые, и вслух, и про себя, и играем в сказочных героев, и смотрим сказки по телевизору. Какое же это наслаждение - видеть, как даже самые маленькие сопереживают, сочувствуют героям или негодуют, возмущаются кознями их врагов - учатся понимать, что к чему.

Смотрим и читаем мы, конечно, не только сказки. Множество детских и взрослых книг перечитали мы вслух, то растягивая удовольствие на несколько вечеров, то не отрываясь часа три-четыре подряд, читая все с начала до конца. Так мы, например, читали "Весенние перевертыши" В. Тендрякова, "Не стреляйте в белых лебедей" Б. Васильева - их нельзя было разрывать на части, никак нельзя! Слушают обычно все, даже старшие, хотя содержание для них может быть давно известно.

Я как-то не выдержала (самой любопытно стало) и спросила:

- Вы ведь уже читали, а почему слушаете?

- А знаешь, мам, когда читаешь про себя, получается так быстро, что не успеваешь себе представить в деталях. Сливается все, как при езде на большой скорости. А вслух ты читаешь медленно, и все вокруг приобретает краски и звуки, оживает в воображении - успеваешь и рассмотреть и поразмышлять.

- Пешеходом-то, выходит, лучше быть? - засмеялась я, удивленная и обрадованная неожиданным открытием сына.

Мы не проводим после чтения никаких "бесед по поводу". Я совершенно не могу задавать вопросов детям с какой-либо воспитательно-дидактической целью - боюсь разрушить цельность впечатлений и чувств. Единственно, на что я отваживаюсь, так это на какие-нибудь реплики по ходу того, что читаем, иногда просто трудно от них удержаться.

Б. П.: Было время, я скептически относился к сказкам, к художественной литературе, к фильмам, спектаклям - считал их развлечением, отдыхом, в общем, делом не очень серьезным.

Бывает даже, и сейчас не без досады бросаю какое-нибудь дело и иду - по приглашению ребят или мамы - посмотреть что-нибудь по телевизору. А потом говорю: "Спасибо". Действительно, очень это нужно - посидеть рядышком с малышами, прижаться друг к дружке, если страшно; вытереть слезы одним платком, если горько; прыгать и хохотать, обнимая друг друга, если радостно и хорошо.

Л. А.: Такое вот сопереживание и есть один из самых надежных способов ориентации детей в сложном мире человеческих чувств: чему радоваться, когда негодовать, кого жалеть, кем восхищаться - ведь именно этому учатся они у нас, когда мы вместе читаем, вместе смотрим, вместе слушаем что-нибудь. Заодно и собственные взгляды и чувства проверяешь - не устарели ли? Не заржавели ли? Значит, и нам, взрослым, это нужно.

И очень нужно еще одно. Я сама это поняла по-настоящему, когда стала читать ребятам книги Носова, Драгунского, Алексина, Дубова... Они считаются книгами для детей. Для меня было открытием, что эти книги прежде всего для нас, родителей! И для всех, кто имеет хоть какое-то отношение к детям. Я теперь не могу представить себе, как я понимала бы своих ребят, не зная книги Януша Корчака "Когда я снова стану маленьким", или повести Ричи Достян "Тревога", посвященной людям, позабывшим свое детство, или "Беглеца" Дубова, или "Сережу" Пановой, или удивительные книги о детстве Л. Толстого, Гарина-Михайловского, Аксакова? Писатели словно пытаются достучаться к нашему взрослому сознанию и сердцу: смотрите, слушайте, поймите, оцените, любите Детство! И помогают нам понять детей, а детям понять взрослых. Вот поэтому я читаю то, что читают мои дети, могу отложить все дела в сторону и прочесть книгу, которую сын читает в третий раз подряд.

Теперь о телевизоре. Он может стать настоящим бедствием, если заменит все: книги, занятия, прогулки, семейные праздники, встречи с друзьями, игры, беседы - короче, заменит саму жизнь. И он же может быть помощником и другом, если использовать его по назначению: как информатора, как способ встречи с интересными людьми, как волшебника, который, экономя наше время, доставляет нам лучшие произведения искусства прямо на дом. Надо только знать, что у этого волшебника есть один недостаток: поскольку он обязан удовлетворить миллионы клиентов с самыми разными вкусами и потребностями (а экран-то один!), он работает без передышки сразу в четырех лицах (то есть по четырем программам) для всех разом: разбирайтесь сами, кому что нужно. И остается только определить, что именно нам надо.

Для этого и существуют программы. Мы заранее отмечаем, что хотелось бы посмотреть: три-четыре передачи в неделю, а иногда одну-две, бывает - ни одной. И все. И никаких проблем.

Думаю, проблемы здесь опять-таки творим мы сами, взрослые, когда устраиваем, например, "смотрение" всего подряд. Ведь это значит: долгое сидение, избыток впечатлений, переутомление, и для детей в первую очередь. И все-таки это, по-моему, не самый худший вариант. Страшнее - не выключенный весь день телевизор. Смотрят его или не смотрят, неважно: он включен, и диктор может улыбаться и говорить сколько угодно - никому, и артист может плакать и взывать к чувствам и рассудку... пустого кресла. Мне всегда бывает грустно видеть ребенка, с тупым видом крутящего ручку настройки и взирающего равнодушно на все, что там, на экране, мелькает. Это нелепо, бесчеловечно! Что из того, что это лишь ящик, экран - ведь на экране то, что люди делали для людей, стремясь сказать, передать, донести им что-то. Когда ребенок плачет, переживая несчастье деревянной куклы, - это нормально. А если ребенок безразлично скользит взглядом по искаженному болью лицу живого человека, здесь происходит убийство чего-то человеческого в человеке.

Б. П.: Может быть, это уж слишком - убийство? Ребенок же понимает, что это артист, что на самом деле...

Л. А..: Придется вспомнить один грустный эпизод. Наш хороший знакомый, между прочим, умный и вроде бы добрый человек, решил утешить девочек, горько плачущих из-за того, что Герасиму пришлось утопить Муму.

- Зачем? Ну зачем он это сделал, мамочка? - в отчаянии шептала мне трехлетняя дочурка, заливаясь слезами и боясь смотреть на экран.

И вдруг спокойный, с улыбкой, голос:

- Ну что ты, чудачка, ведь это он не на самом деле ее топит, это же артисты. Сняли кино, а потом вытащили. Небось где-нибудь живая до сих пор бегает...

- Да? - удивилась девочка и с любопытством уставилась на экран. Я просто захлебнулась от возмущения - слов не было, а было омерзительное чувство, будто при тебе совершили подлость, а ты не воспротивилась этому. Да так оно и было, по существу, хотя, кажется, наш знакомый так и не понял, что он такое особенное сделал. Ведь добра желал, а кроме того, сказал-то, по существу, правду...

А была это ложь, а не правда! Ложь, потому что на самом-то деле Муму была утоплена, потому что несправедливость и жестокость существуют в реальной жизни, их надо ненавидеть.

Конечно, лучше этому учиться в реальной жизни. Не только переживать, глядя на экран, а бороться с действительной несправедливостью, когда ее встретишь. Верно, но для того чтобы бороться против лжи, несправедливости, подлости, мерзости, надо же научиться видеть их, различать под любым обличьем. Именно этому и учит искусство, учит тянуться к высокому, светлому, какие бы странные и непривычные формы оно ни принимало. И сопротивляться всему бесчеловечному, в какие бы маски оно ни рядилось. Надо только понимать его язык и отличать подлинное искусство от мнимого, но этому-то и надо учиться сызмальства на лучших образцах мировой и нашей, советской культуры.

С грустью сознаю, что мы упустили здесь многое: наши ребята почти не знают истории живописи, музыки, не говоря уж о скульптуре и архитектуре. Они редко бывали в театре, даже в кино мы ходим с ними нечасто. Вряд ли они назовут многих прославленных композиторов, художников, архитекторов, вспомнят их произведения. И произошло так не потому, что мы не хотели дать эти знания детям, - просто не хватило нас на это, к огромному моему сожалению. Но есть у меня одна утешительная мысль, ею я хочу хоть немного оправдаться. Она заключается вот в чем. Что важнее: узнавать на слух, кому принадлежит та или иная мелодия, или чувствовать эту мелодию сердцем, откликаться на нее всем существом? Что лучше: знать наперечет все картины Рафаэля или замереть в благоговении даже перед простой репродукцией "Сикстинской мадонны", впервые ее увидев? Наверное, хорошо, чтобы было и то и другое. Конечно, не зная, когда, кто и зачем создал произведение, не постигнешь его глубины, не прочувствуешь его по-настоящему. И все-таки от знания зависит не все, далеко не все! Когда я вижу детей, которые со скучающими лицами поют в хоре или как-то бесстрастно исполняют сложные пьесы на рояле, мне становится неловко: зачем это? Зачем умение, если душа молчит. Ведь музыка - это когда человек человеку без слов говорит о самом сложном и самом личном. А тут никаких переживаний. Нет, пусть лучше будет наоборот: не быть знатоком, но уметь чувствовать.

Мы иногда любим с ребятишками слушать тишину ночи, можем остановиться и смотреть на неповторимую прелестную игру заката, или на чудо настоящее -инеем покрытый сад, или замираем в темной комнате у пианино, слушая совсем простую мелодию, которую играет Аночка так проникновенно и нежно...

По-моему, все это тоже приобщение к искусству.

Б. П.: И все же я стою на том, что человек сам должен действовать, пробовать, творить, а не просто усваивать то, что

сделал кто-то. Даже в области искусства. Мне кажется важным, что в наших домашних концертах, представлениях ребята сами делают декорации, сочиняют стихи, даже пьесы и песни. Разве это тоже не приобщение к искусству?

Наши семейные праздники

Л. А.: Праздники у нас бывают, как мне иногда кажется, даже чересчур часто, потому что ко всем всенародным праздникам, которые мы очень любим и всегда отмечаем в семье, присоединяются еще внутрисемейные торжества. Иногда, устав от очередных пирогов и пирожков, которые надо напечь каждый раз человек на пятнадцать-двадцать, я в шутку напеваю: "К сожаленью, день рожденья десять раз в году!" Есть, правда, и одиннадцатый, хотя он скорее первый. Это день рождения нашей семьи - не день нашей свадьбы, а день нашей встречи, потому что главное - все-таки встретиться и не пройти мимо. И к этому дню мы покупаем яблоки и пирожные и каждое делим пополам, как когда-то, много лет назад, в первый день нашей встречи. Это теперь одна из наших традиций. Их у нас не очень много, но они дороги нам и живут долгое время.

Как же проходят наши семейные торжества? Иногда ребята готовят пригласительные билеты, чаще обходимся приглашениями устными: "Добро пожаловать на наш праздник!" Задолго до вечера дом наполняется шумом и суетой. Сверху, из мансарды, доносятся визг и взрывы хохота - там идет примерка костюмов и последняя репетиция, иногда, правда, она же и первая: у артистов не всегда хватает терпения на несколько репетиций, они предпочитают экспромт. Получается сюрприз не только для публики, но и для себя. Внизу, на кухне, дым стоит столбом (иногда буквально) - здесь заняты приготовлением пищи уже не духовной, а вполне материальной. И поэтому тут, как правило, не до смеха, иначе что-нибудь подгорит, сбежит, ошпарит. Я едва держусь на ногах от жары, суеты, шума и переживаний.

Кажется, все готово, можно уже накрывать на стол и звать гостей. Это сделают девочки, а я пока отдохну и отвечу на вопрос, который нам иногда задают: "И зачем вы возитесь с пирогами, тестом, времени вам, что ли, не жалко? Купили бы торт или готовое что-нибудь, и никаких хлопот". Что на это сказать? Верно: хлопот никаких, но ведь и радости куда меньше! Сколько

удовольствия всем от одного только запаха теста. И каждому можно потрогать, помять его в ладошках - какое оно нежное, податливое, теплое, словно живое! И можно самим вылепить из него что хочешь, и украсить как вздумается, и сделать настоящий веселый колобок. и осторожно вынуть его из печки, и отнести в подарок бабушкам, и гордо сказать: "Это я сам сделал!" Как прожить без этого?

А вот и концерт готов, артисты уже в костюмах, зрители усаживаются на креслах перед "занавесом", отделяющим "сцену" от "зрительного зала".

Все номера готовят сами ребята, они составляют программу вечера, выбирают конферансье, мальчики подготавливают световые и, разумеется, шумовые эффекты. "Занавес" раздвигается не просто так, а с помощью хитроумного устройства. Но любовь к экспромтам подводит, и без подготовки получается:

- Скорей, скорей - уже тебе надо!

- Я не могу - забыл.

- Ну ты иди.

- Нет, ты!

- Тише... тихо! - На сцену выпихивают раскрасневшегося "конферансье" и:

- Мы продолжаем наш концерт...

В программе: стихи и песни (в том числе и собственного сочинения), пьесы (только собственного сочинения), музыка (пианино), еще музыка (балалайка), акробатические номера, танцы, пантомимы, клоунада, фокусы... В некоторых номерах сочетаются чуть ли не все жанры разом. Нередко "публика" принимает участие в выступлениях, "артисты" становятся зрителями. Смех, аплодисменты - это все настоящее. А главное - настоящее волнение перед выступлением, и старание сделать как можно лучше, и радость за другого, когда все получилось хорошо, - вот это главное.

После такого бурного начала и застолье получается бурным и веселым. Все чокаются, и по очереди произносят тосты или поздравления виновнику торжества, и пьют из больших стаканов - сколько хочешь! - лимонад. Да, дети вместе со взрослыми за столом, и вместо разноцветья винных бутылок на столе лимонад, виноградный сок или морс собственного изготовления. Мы так даже Новый год встречаем. И скучно нам не бывает. Главное - чокнуться и посмотреть друг другу в глаза, и сказать самые добрые слова на свете...

Б. П.: Нам не верят, когда мы рассказываем, что у нас месяцами и даже, бывает, годами стоят нераспечатанные бутылки с вином, привезенные кем-нибудь из гостей, впервые попавших в

наш дом. И не потому, что у нас сухой закон или чей-то запрет. Просто ни к чему оно нам, это бутылочное счастье, ни к чему, и все. Так же, как и папиросы, кстати сказать. И у наших ребят-подростков отношение к этим атрибутам мнимой мужественности определенное: ни любопытства, ни тяги, но достаточно осознанное отвращение.

Л. А.: На мой взгляд, это просто нормально. Ведь не заражает же сам себя человек туберкулезом, раком или чем-нибудь подобным. Ненормально другое: знать, что отрава, болезнь, и все-таки в себя ее силком впихивать, впихивать, до тех пор, пока она там внутри не вцепится во все печенки и не сделает из человека гнилушку. Думаю, пора от этой горькой темы вернуться к нашему празднику, тем более что на той стороне стола, где сидят под предводительством девочек все малыши, стало что-то подозрительно тихо. И кого-то уже не хватает. И какие-то странные переглядывания, и шепот, и шуршание под столом. Что такое? А-а-а, подарки - сейчас будут преподносить имениннику подарки. Кто может, покупает что-нибудь (но не как-нибудь), кто не может, делает подарок сам.

Б. П.: И здесь у нас есть свои традиции. Ведь как в дни рождения обычно бывает: все подарки, все внимание - новорожденному, а матери, главной виновнице торжества, выпадают в этот день одни хлопоты. Мы решили, что это несправедливо, и наш именинник в свой день рождения сам преподносит маме подарок. Так повелось у нас уже давно, с тех самых пор, как первый сын был в состоянии подарить что-то сделанное им самим.

Кончается наш праздник на крылечке, иногда с фейерверками и бенгальскими огнями. Мы провожаем гостей и кричим хором с порожка:

- До сви-да-ни-я!

О наших ошибках (1988 г.)

Л. А.: Весной 1988 года к нам приехала из Гамбурга переводчица наших книг Марианна Вутеншен. Она уже бывала у нас раньше, и мы встретились как старые добрые знакомые, хотя, конечно, она приехала к нам не просто погостить. Читатели наших книг в ФРГ задавали много вопросов о том, как складывается наша жизнь дальше, как сказалось на судьбе детей все то, о чем мы писали. И вот, чтобы подробнее и точнее

рассказать об этом, Марианна приехала к нам с магнитофоном. Разговоры иногда длились чуть не до утра. О чем только она и нас, и всех наших ребят не спрашивала! Один из вопросов звучал так: ЕСЛИ ВЫ БЫ НАЧАЛИ СВОЮ СЕМЕЙНУЮ ЖИЗНЬ СНАЧАЛА, КАКИХ ОШИБОК ЗАХОТЕЛОСЬ БЫ ВАМ ИЗБЕЖАТЬ?

Вопрос попал, как говорится, в больную точку: я об этом много думала и раньше, даже записывала кое-что в свою "красную книжечку". То, что я тогда ответила Марианне, перед вами. Это информация к размышлению, не больше. Но и не меньше! Думать тут действительно надо не только нам, но и всем, кто хочет у нас что-то перенять.

У нас получается так: Борис часто говорит, что я захожу с черной стороны, когда мы оцениваем то, что сделали. Но мы поставлены в такие условия, когда должны все анализировать еще и потому, что мы несем это людям. И когда я больше обращаю внимания на то, что у нас не выходит, Борис воспринимает это как "заход с черной стороны" - и даже завел для меня такую черную тетрадку, куда я писала всякие "черные" мысли, но еще подарил и красную тетрадку, чтобы я отмечала и какие-то светлые стороны... Потом я поняла, что мы здесь, наверно, делим какие-то свои функции. И это не без пользы получилось, потому что если бы я все время только поддерживала его, то мы бы унеслись в заоблачные дали и потеряли бы всякое представление о реальности, и мне волей-неволей пришлось занять такую позицию критика, хотя это очень тяжелая позиция, которая, конечно, ведет к конфликтам. Пришлось идти на это, и не потому, что у меня вредный характер, а потому. что я просто чувствовала, что противовес должен быть. Увлечение увлечением, но мы обязаны видеть и негативные стороны, иначе очень сложно сориентироваться. И вот после какого-то нашего спора я записала такую вещь.

1. Первое, что мы сделали нехорошим, это сосредоточенность наша на детях. У какого-то автора я встретила такой термин - "любование детством", поняла: это и про нас. Дети стали главным в нашей жизни; не детство как таковое, не изучение детей - это попозже было, хотя почти одновременно. Одно дело, когда люди изучают все, что связано с воспитанием, а другое дело, когда эти, конкретные люди, которые у тебя во власти, то есть собственные дети, стали как бы главным сосредоточием нашей жизни. Это было гипертрофированно, и это было нехорошо - в первую очередь для ребят.

Хорошо, что мы опомнились... Кстати, помог мне не ум понять это - ума бы, может, и не хватило, но я почувствовала, когда ребятишки - маленькие совсем! - начали себя подавать, себя

показывать, изображать, хитрить, подлаживаться... и так далее. Вот я и почувствовала, что мы что-то делаем не то. А осмысление этого пришло гораздо позже, когда я поняла, что взрослые не должны ходить вокруг детей хороводом, особенно в семье, не должны отдавать свою жизнь детям буквально на растерзание. Это была одна из очень серьезных ошибок. Мы ее выправляли в течение всей жизни. По-моему, выправили в основном. С внуками я этого уже не допущу. Бабушкой я не принадлежу внукам своим - они будут ко мне лезть, но я себя не отдам им в распоряжение, не потому, что мне себя жалко, а потому, что я знаю, чем это грозит. Есть такая легенда. Сын вырос у матери один, влюбился в девушку, а девушка ему говорит: "Я буду твоя, если ты принесешь мне сердце матери" - только так. И он таки вынул сердце у матери, несет его своей жестокой красавице, а у порога ее дома спотыкается и роняет сердце. И слышит: "Не ушибся ли ты, сынок?" - это говорит ему материнское сердце. Вот такая легенда. Воспринимается она по-разному. И мной лично она воспринималась как апофеоз материнской любви: вот ведь - мать о себе не думает даже в такие моменты. И только сравнительно недавно, года два-три назад, я поняла трагический смысл этой притчи, который обычно так не воспринимается людьми: ведь такая мать только такого сына и могла вырастить, способного ради своего удовольствия на чудовищное злодейство. То есть получается все шиворот-навыворот. Выходит, нельзя себя в жертву приносить, а мы это хоть отчасти, но сделали.

2. Вторая наша ошибка, впрочем, не столько вина, сколько беда наша -от собственного бескультурья, непонимания, неразвитости какой-то, - мы перепутали в чем-то существенном свои роли, функции мужчины и женщины в семье. И от этого было много бед. Даже наблюдая нас, вы видите, что мне пришлось лидерствовать, а этого нельзя допускать в семье, лидером должен быть мужчина. Б. П. - лидер в определенных сферах своей жизни, своей деятельности, а вот решения по семейным делам чаще, к сожалению, пришлось принимать мне. Вот школа, допустим, в основном на меня легла - многое пришлось решать твердо, бескомпромиссно, что противопоказано женщине. А у меня и так характер был мальчишеский, потому что я среди мальчишек росла, и женского - не деятельного, а воспринимающего - во мне было очень мало; меня материнство спасло как женщину! Даже ум у меня ближе к мужскому - логическому, нежели к женскому - интуитивному. От этого я очень страдаю -боюсь, что передала это своим дочерям, что это помешает им в семейной жизни. Понимаю, что идет вообще глобальный процесс - омужичивание женщин, феминизация

мужчин, и процесс этот очень больно ударяет по всем семьям. Если бы начинать сначала, то я попыталась бы противостоять этой напасти, как-то откорректировать отношения, кое-что отладить, кое-где самой на второй план встать, как-то стимулировать ведущее положение и ответственность мужчины в семье. Жаль, что у меня не хватило для этого ни интуиции, ни сердца, ни ума. Теперь я расхлебываю.

3. Очень серьезную ошибку мы допустили и в том, что серьезные вещи, серьезную жизнь подменяли игрой. К счастью, у нас сама по себе жизнь была нелегка: и неблагоустроенный быт, и постоянные материальные трудности, и вечный цейтнот - они нас заставляли решать проблемы всерьез. Если бы нам дали в то время какую-то дотацию, свалилась бы на нас, например, большая премия - я думаю, что мы здесь напутали бы хуже и больше. Вот зайдите к нам в мастерскую - она же не Мастерская. Я в таких случаях вспоминаю верстак и рабочий стол своего отца (он был мастер на все руки) или рабочий уголок своего двоюродного брата, который он сделал в своей квартире, в крохотном помещении. Так это же Мастерская! Там что инструмент, что место для инструмента - место для работы! Там делают дело - сразу видно. А у нас... Борис Павлович сделал грандиозное дело, дав ребятам настоящие инструменты в руки, научив их работать, я ему благодарна буду, что называется, до конца своих дней. У наших ребят умелые руки, но эти умелые руки не реализовались в деле серьезном.

Когда они вошли в жизнь, жизнь не дала им этого дела, но ведь и мы не дали им настоящего дела в нашей мастерской. Работа в ней была ближе к игре: поиграли - и забросили. Прекрасные станочки были куплены или сделаны отцом, а много ли на этих станочках сделано реально такого. чтобы полюбоваться делом своих рук? Маловато. И это опять не столько вина наша, сколько беда. Я рано это поняла, но, к сожалению. ничего не смогла сделать. Это одна из серьезных наших ошибок, сейчас пытаюсь ее преодолеть. Убеждена: детям нельзя легко давать дорогие приборы, дорогие инструменты, которыми можно что-то делать. Ребенок должен их заслужить - своей работой, своим старанием. А нам, взрослым, надо уметь поручить работу - мой отец вот умел это как-то делать: мы с братом из кожи вон лезли, чтобы доказать отцу нашу состоятельность в трудовых делах. Он доверял, например, мне провести линию у него на чертеже - я гордилась этим и на всю жизнь запомнила, что я оказалась достойна этого доверия. А мы своим ребятам предоставляли полную возможность - пожалуйста, делай, но не смогли осилить по-настоящему организацию их серьезного труда.

Нас спасло от беды только то, что отец сам работает прекрасно, и делал он реальные вещи - полки, мебель, все приспособления, он не профессионально занимался этим, но тем не менее делал реальные вещи, и ребята ему помогали в этом - меньше чем могли бы, правда.

4. Пойдем дальше. Мы теперь получаем иногда "рекламации" от детей: почему у нас нет хорошей художественной литературы, качественных музыкальных записей, почему на эстетическую сторону быта мы всегда обращали так мало внимания? Почему, почему... Тут уж моя вина, а скорее беда - ни сил, ни времени, ни средств не было это осилить. У нас действительно не хватало того, что мне всегда было близко (у меня брат - архитектор, я росла при нем), того, что называется уютом дома, в смысле упорядоченности его, если хотите, ухоженности. Правда, наш дом по-своему гармоничен. Допустим, если сделать красивую стенку и влепить ее Борису Павловичу в комнату, то пришлось бы все менять: среди самодельной мебели она стала бы инородным телом.

Когда японцы целенаправленно озаботились эстетическим воспитанием, к тому же на базе общей высокой культуры, да стали развивать всех вообще детей эстетически, они добились колоссальной производительности и прекрасного качества своих изделий как раз благодаря этому. Они поняли выгоду эстетического воспитания. Но меня волнует не эта сторона. Я понимаю, что человек, эстетически воспитанный, с молоком матери вобравший в себя гармонию мира, гармонию превосходных изделий рук человеческих, не может плохо сделать для другого. Ему будет не только противно, но и стыдно на небрежно оторванной бумажке кому-нибудь записку написать - у него натура этого не потерпит! То есть эстетический вкус - это закладывание очень многих нравственных начал в человеке.

Здесь я могла бы ребятам больше дать, меня саму тянет к искусству -это от семьи у меня: мы любили петь вместе, любили и музыку, и поэзию, и книги - все то, что связано с духовным миром искусства вообще. А в нашей семье многое было в загоне, и очень долго. Пожалуй, кроме книг, поскольку я работала в библиотеке. Если бы я там не работала, это было бы бедствие -найти книги хорошие ведь у нас невозможно. И вот все лучшее, что попадало мне там в руки, я несла домой читать - часто для чтения вслух. Это, пожалуй, единственное средство, которое было в моих руках: я уж старалась за всех артистов разом и пыталась ребятам как бы передать эту любовь к слову, звучащему слову. О самом чтении вслух многое можно рассказать - это совершенно удивительное действие, в котором не только что-то узнается и что-то

выращивается в душах человеческих, поскольку это искусство. Само это общее действие необыкновенно сближает, необыкновенно! Когда мы смотрим телевизор или идем в театр, кино, мы там друг на друга не смотрим, а смотрим куда-то и каждый по-своему воспринимает и переживает... А когда читаешь книгу, ты видишь все лица, а они видят лицо читающего: если уж у меня дрожит голос в какой-то момент, я же не играю при этом, тут предельная искренность крайне нужна, как это действует! Это настолько поразительный способ объединения, узнавания друг друга, что я лучше просто не знаю. А в общем-то, этот огромный пласт человеческой культуры - через искусство идет культура к человеку - у нас остался на примитивном, низком уровне. Я хотела, конечно, передать ребятам свое собственное благоговейное отношение к искусству, этому великому проявлению человеческого духа, но не знала, как это сделать, чтобы не навредить, не возбудить потребительское отношение к нему. Именно поэтому я боялась ходить с ними по музеям, всяким экскурсиям. Я вообще считаю, что сейчас отношение к музеям, к святым местам безобразно. Когда Парфенон греческий - общее детство человечества -толпами топчут, фотографируют и кусочки отрывают - нет слов. Нужно, чтобы на сто километров кругом никаких дорог: снимай лапти и топай туда босиком, как в святые места раньше ходили. Ты за это время прочувствуешь, куда ты идешь, ты о многом подумаешь, и тогда восприятие того, к чему ты идешь, будет на всю жизнь! Может, один раз и надо это сделать, как в Мекку люди ходили... Это нельзя потреблять, до этого надо подниматься. Я так чувствую: не могу идти в музей, пока не готова.

Понимаю, что из-за моего "максимализма" ребята у нас получили в этом отношении маловато. Сейчас бы я, наверное, сделала иначе: стала бы, например, обязательно обзаводиться хорошей библиотекой. Я всегда пользовалась библиотечными книгами, но я же их возвращала. И как трудно было расставаться с книгой, с которой как бы срослась душой, а достать ее было невозможно. И только Юля занялась сейчас этим делом. Она как-то устроила "бунт": "Вот посмотри, папа, сколько книг стоит! А где книги мамины?! (Она имеет в виду касающиеся искусства, литературы...) Все только твои!" Я удивилась: действительно, так и есть. А хорошие книги должны быть постоянно в доме, чтобы руку протянул - и прочитал строчки, нужные позарез.

5. А вот еще мы говорим: "Легко учатся. Легко постигают..." - действительно, легко, а ведь это и плохо. Меру сложности, нагрузки на ребят мы определить не очень-то сумели, и у них сложилось впечатление, что легко и должно быть - как бы

ожидание легкого. А вот, допустим, иностранный язык, который мы не смогли дать в семье, оказался нелегким, и почти никто из них не знает его. "Не зацепило", потому что трудно. Вот на этом "легком" мы тоже слегка погорели. Я бы сейчас в этом отношении политику свою вела иначе. Трудно сказать КАК, но иначе.

С этим связана еще проблема, грандиозная для родителей и воспитателей: соотношение "хочу" и "надо". Мы эту проблему не решили. Нет, я бы так сказала: мы все проблемы в основном решили, поскольку нет катастроф, но решили не так, как надо было бы, не на должном уровне: "хочу" для некоторых наших ребят куда сильнее "надо", а у других наоборот: "надо" давит желания. А ведь в принципе-то у человека все счастье заключается в том, чтобы "надо" стало твоим "хочу". Но для этого надо разобраться, что действительно НАДО, а что вовсе не обязательно - это проблема огромной важности. Если верно определить это "надо", тогда складываются долг и желания и получается то, что хотелось бы. Но у нас в жизни много противоречий: ребятам говорят "надо", а они не понимают, почему "надо". Например, "Почему я должна в школу идти?" - а почему, действительно? Попробуй докажи, что в эту школу надо ходить. И когда мне пришлось об этом думать, то решила, что сталкивать эти две вещи нельзя: "надо" - должно быть убеждением человека, а не чем-то навязанным, когда силой кто-то заставил. А если убежден - значит, ХОЧУ: как говорится, охота пуще неволи.

Сама-то я росла в те самые тридцатые-сороковые, когда веру в кумира, это самое "надо" нам вталкивали очень сильно - до подкорки, до интуиции какой-то - чувство долга! Теперь я сама с собой в этом отношении борюсь: "А надо ли?" Тебе сказали "надо!" - и ты, не вникнув, как дура, стараешься. Через многое пришлось пройти, даже через отрицание опыта собственной матушки: она общественница, учительница, вечно несла какие-то поссоветовские общественные обязанности. А у меня рано возникли сомнения, зачем она столько времени тратит, например, на избирательные списки -ночами глаза портит, но - "надо!". И понадобилось время, чтобы понять, что ничего этого не надо, и уж меня в эту общественную деятельность не заманишь никакими калачами.

Вот и ребятам мы говорим: сам принимай решение, потому что то, что говорят "надо" - далеко не всегда так; собственную голову имей - думай, действительно ли это надо. Например, одеваться как все - надо? Если это твою душу защищает от вторжения - да! Мне Оля сказала однажды: "Оденешься как все, так не лезет никто в душу", и я поняла, что джинсы купить надо, это не блажь. А могла бы поиздеваться: "Что это тебе обязательно

модные тряпки нужны?" Оказывается, действительно, могут быть и нужны.

6. А самая наша грандиозная ошибка заключается в том, что живем мы как в аквариуме. То, что мы совершили, просто немыслимо. Я иногда вообще не пойму, как мы выдерживали все, почему ребята не разбежались до сих пор. Я понимаю семью как мир интимный, закрытый от посторонних взглядов - это очень личное окружение человека, вторгаться в него безнаказанно нельзя. Англичане не зря говорят: "Мой дом - моя крепость", потому что здесь, в семье, пожалуй, единственное место, где человек может быть сам собой - без всяких масок и мундиров.

И когда толпа людей идет через дом ежедневно, еженощно и всю жизнь -конечно, на разнос все идет. Борис Павлович в этом отношении абсолютно спокоен. Для него выглядит так: ну как же, люди идут, им надо помочь... Сколько мы ни толковали, сколько ни спорили, сколько я ни рыдала, ни отчаивалась - даже ультиматумы выдвигала - и все равно так и не объяснила ему очевидные для меня вещи. Потом это дошло и до детей - начали бунтовать и они. Вообще-то ребята у нас доброжелательные и людей встречали хорошо, но однажды меня прямо затрясло, когда я вдруг услышала - это было лет 15 назад: "Ой, опять идут эти типы..." - Я пришла в ужас, обмерла буквально. Мы-то и людей еще не знаем, какие они, а уже - "типы". Я же знала, что люди к нам идут в основном хорошие - то-то и обидно! Значит, независимо от того, кто идет, уже какое-то человеконенавистничество начинается - от усталости, от этого постоянного калейдоскопа лиц... Меня саму это доводит до невозможного состояния, моя психика, наверное, не выдерживает больше ста знакомых, и когда я вижу знакомое лицо и не помню, кто это, для меня это "облом", как говорит Юля, а у меня этих "обломов" каждый день...

Постепенно я все-таки смирилась и, наверное, слегка отупела. А когда услышала: "типы", кажется, я даже провалялась дня три в постели. Тогда и начались наши баталии, потом появилось это ужасное объявление на березе: "Приходите в последнее воскресенье".

Что бы я сделала сейчас? Я бы все это, конечно, смягчила и очень озаботилась тем, какую информацию получают люди, чтобы она была наиболее приближенной к реальной, действительной жизни, чтобы не было легенд ни в ту, ни в другую сторону: ни "золотых памятников" и ни милиции. Ведь мы жили постоянно между двумя этими огнями. Одни: "Анафему им! Лишить родительских прав!" Другие: "Вам при жизни надо памятники! В министры!" а ведь и то, и другое ни нам, ни людям не нужно. Им

нужна наиболее правдивая, наиболее достоверная информация о том, что есть в нашем опыте ценного для всех. Так же, впрочем, как и в любом другом опыте. Вот об этом, думаю, и надо было нам позаботиться с самого начала".

Коварство комфорта

Интервью с профессором И. А. Аршавским

Свое мнение о принципиально новых методах воспитания детей высказывает в беседе с журналистом О. Франценом заведующий лабораторией возрастной физиологии и патологии Научно-исследовательского института общей патологии и патофизиологии Академии медицинских наук СССР, доктор медицинских наук, профессор Илья Аркадьевич Аршавский, который на протяжении многих лет наблюдал семью Никитиных.

- Илья Аркадьевич, многих читателей смущает двойственное отношение прессы к семье Никитиных. Действительно, с одной стороны, журналисты вроде бы пропагандируют, а с другой - при каждом удобном случае предостерегают от того, чтобы родители немедленно использовали полученную информацию как руководство к действию. Что вы об этом думаете?

- Пресса, безусловно, поступает правильно. Система прогрессивная, у нее большое будущее, поэтому она заслуживает всяческого внимания, как научного, так и общественного. И в то же время нельзя ни на минуту забывать, что это поиск не только увлекательный, но и опасный. В истории науки было немало случаев, когда исследователи ставили рискованные опыты на себе. Это требовало готовности к самопожертвованию, большого мужества. Очевидно, эксперимент на своих детях требует гораздо большего мужества. Тем более что в начале эксперимента педагоги Никитины не имели прямого отношения к науке.

К чести супругов Никитиных, надо сказать, что им присущи чрезвычайная ответственность, удивительная наблюдательность и поразительная интуиция. Эти качества позволяли и позволяют им находить верные решения даже там, где ученые-специалисты беспомощно разводят руками (или досадливо отмахиваются, что еще хуже). Но это же обстоятельство означает, что владение системой в нынешнем ее виде можно уподобить искусству, где успех зависит прежде всего от таланта исполнителя. Нужно еще немало поработать, чтобы систему можно было применять

широко, чтобы устранить сомнения, которых немало.

Но главное уже ясно - основа здесь правильная, научная.

- Многие считают, что не только сама система Никитиных особенная, но и дети, к которым можно ее применять, тоже должны быть особенными. Если это действительно так, то ценность ее значительно снижается.

- Это не так. Особую ценность она имеет не для исключительных детей и даже не для нормальных, а для неблагополучных.

- Но ведь система Никитиных отличается прежде всего повышенными нагрузками. Как же выдержит их ослабленный организм?

- А вы вспомните, из-за чего все началось у Никитиных. Их подтолкнула к экспериментированию суровая необходимость. Сын-первенец страдал жестоким диатезом. Чего только не предпринимали родители, к каким только врачам не обращались! И вот Лена Алексеевна в поисках спасительного средства стала выходить с младенцем в холодный тамбур у входной двери. И - о чудо! -ребенок перестал плакать, ему стало заметно лучше

Этот эпизод, положивший начало многолетним экспериментам в семье-лаборатории, может быть воспринят как случайность. Но и у следующих детей Никитиных были подобные предрасположенности, которые удалось устранить.

- И все-таки это не очень-то понятно...

- Дело в том, что система Никитиных - только часть более общей и сложной проблемы. Чтобы понять ее, нужно окунуться в физиологию, а это уведет нас на время от самой системы Никитиных. Причем придется познакомиться не только с уже очевидным, но и со спорным, пока еще не устоявшимся. Согласны?

- Думаю, читатели будут "за". Ведь очень интересно узнать о научной подоплеке системы Никитиных.

- Сейчас все больше говорят о наследственных заболеваниях. На одной из последних сессий Академии медицинских наук СССР была названа цифра: 1500 таких недугов! Единственное кардинальное решение этой проблемы - генная инженерия, к которой даже подступы пока неясны.

Но думается, значение наследственных заболеваний, безусловно, имеющих место, сильно преувеличивается. Создается впечатление, что после периода непризнания генетики маятник качнулся в другую сторону. К ней относят многое из того, что непонятно. Вот и получается, что решение ряда проблем откладывается на завтрашний день, тогда как сделать это можно еще сегодня. К болезням это имеет самое непосредственное

отношение. Берусь утверждать, что многие так называемые наследственные заболевания имеют совсем другую причину.

Возникают они не из-за поломки генов, а из-за неправильно протекающей беременности, мешающей реализовать наследственную программу. В результате благополучные в наследственном отношении родители дают неблагополучных детей. При этом возникают не истинные мутации - изменения в генах, передающиеся потомству, а фенокопии их - изменения, существующие лишь в одном поколении (хотя в дальнейшем они также могут стать наследственными, если неблагоприятные воздействия будут повторяться).

- Это подтверждается результатами исследований?

- Да, более чем 40-летним опытом работы нашей лаборатории. Причем я имею в виду не только длительные наблюдения за беременными женщинами, но и экспериментально вызванные нарушения у животных, разумеется. Вот вам пример. Пара кроликов генетически хорошо изучена и дает хорошее потомство. У крольчихи вызывается так называемый экспериментальный невроз шумом, током под металлическим полом и т. п. Если это происходит в начале беременности, возникают различные уродства: заячья губа, волчья пасть, дефекты конечностей, отсутствие части или всего мозга... Неблагоприятные воздействия в более поздний период, когда формирование органов в основном завершено, дают физически незрелые, ослабленные организмы.

Физиологически зрелый не только не погибнет, но и не заболеет! А физиологически ослабленного поджидают всякие напасти. Если они и минуют его в детстве, что случается редко, то обязательно дадут знать о себе позже. Результаты наших исследований говорят, что проблема - не рак и сердечно-сосудистые заболевания сами по себе, а физиологическая незрелость, являющаяся основным поставщиком как этих, так и других недугов.

- Это может быть справедливым лишь в одном случае: если ослабленных рождается много.

- К сожалению, так оно и есть. Их рождается все больше и больше.

- Но отчего же, ведь условия жизни и медицинское обслуживание становятся все лучше?

- Причина все в том же стрессе, о котором так много сейчас говорят. Только обычно имеют в виду вред, причиняемый взрослым людям, тогда как гораздо большая опасность грозит наиболее слабому звену жизни -зарождающемуся существу.

Стрессовых факторов, способных навредить будущему

ребенку, много. К тому же физиологически незрелый организм, достигнув половой зрелости, сам становится своеобразным стрессовым фактором и может оставить после себя только физиологически незрелый организм. Порочный круг, каждый виток которого увеличивает неблагоприятные изменения!

Природа в таких случаях пускает в ход жестокое, но действенное оружие - естественный отбор. Современная медицина отвела от человечества это страшное оружие. Некоторые западные ученые считают, что как раз здесь и кроется корень зла, и предлагают все вернуть на круги своя. Конечно же, это от непонимания и бессилия. Но и не видеть здесь никакой проблемы тоже неверно. Да, мы добились огромных успехов в охране материнства и снижении детской смертности, и это прекрасно. Но почивать на лаврах ни в коем случае нельзя. Раз уж мы взяли у природы "бразды правления", то должны пользоваться ими чрезвычайно ответственно, встречать возникающие трудности во всеоружии. Надо признать честно: наука не была в полной мере готова к решению проблемы, о которой идет речь. Во многом это объясняется тем, что недостаточно развита физиология беременности как наука и даже возрастная физиология в целом. Возникший вакуум стараются заполнить энтузиасты из числа акушеров и педиатров, но никто не может заменить здесь именно физиолога. К сожалению, этой проблемой занимается только наша небольшая лаборатория. Настало время резко расширить фронт работ.

- Но не могут ли ваши исследования уже сейчас подсказать какой-то выход из порочного круга?

- Лет тридцать назад физиологически незрелых организмов рождалось не более 15-20 процентов. Это означает, что их сравнительно немного среди тех молодых людей, которые сейчас сами становятся родителями. Они способны уменьшить процент ослабленных новорожденных. С этого и надо начинать. Решать эту задачу предстоит не только ученым и врачам, но и самим молодым людям.

Главное - необходимо гораздо ответственнее относиться к гигиене материнского организма. Заботиться о будущей матери после того, как беременность стала заметной, поздно. Начинать надо гораздо раньше. Как я говорил, особенно уязвимы начальные стадии беременности, когда плод только формируется. Вообще-то отпуск был бы нужен в это время - другое дело, что физически женщине труднее работать во вторую половину беременности. Во всяком случае, женщину в этот период нужно оградить от конфликтных ситуации, нервотрепки, обеспечить максимально спокойные и здоровые условия для работы. Это, думается, вполне

выполнимо, достаточно лишь желания членов коллектива. Разумеется, такое же отношение должно быть и в семье.

Сильнейший стрессовый фактор - половая жизнь. Природа создала надежный механизм, защищающий плод: после зачатия влечение тормозится. У людей он, к сожалению, расшатан. Поэтому приходится полагаться на сознание. Я считаю, что половая жизнь во время беременности недопустима. Очень вредно и избыточное питание. Представление о том, что будущая мать должна есть за двоих, оправдывало себя лишь тогда, когда пищи действительно не хватало.

Зародившийся организм будто знает о том, что "необходимость - двигатель прогресса". Природа так распорядилась, что он получает от матери питательные вещества и кислород строго в обрез, поэтому должен самостоятельно добывать "хлеб насущный". Рефлекторно активизируются скелетные мышцы, кровь бежит быстрее, а вместе с ней пища и кислород. Наконец плод удовлетворенно замирает. Но получил он гораздо больше, чем ему требовалось просто для поддержания жизни! За счет своего труда он быстро растет. Повторяющиеся циклы - это движение не по кругу, а по спирали: с каждым витком образуются новые энергетические уровни.

А если питательные вещества поступают от матери в избытке? Тогда нет стимула к развитию. Вместо спирали получается круг. Развитие либо прекращается, что означает смерть, либо задерживается, что приводит к физиологической незрелости. Запомнился мне случай, происшедший во время войны. В одной палате лежали две роженицы. Одна питалась, как и все в то тяжелое время. Другой заботливый муж разве что не птичье молоко в дом приносил. И как же убивалась последняя женщина, сетуя на несправедливость судьбы, когда у нее родился ослабленный ребенок, а у соседки по палате -крепыш! Мыто с вами уже знаем, что это закономерно.

Добавлю, что подобное явление мы вызывали и специально, в опытах с животными. Причем использовали как пищу, так и кислород. Излишек его тормозит развитие, недостаток стимулирует. Да еще какой недостаток! Естественное для плода поступление кислорода соответствует условиям на высоте Эвереста - величайшей горной вершины на Земле. А ведь это почти девять километров! Для взрослого организма эти условия пагубны. Альпинисты, покоряющие Эверест, пользуются кислородными аппаратами, а мы превышали в своих опытах этот уровень, то есть делали содержание кислорода еще меньше. И что же? Плод адаптируется и к этим условиям! Разумеется, всему есть предел. Если перейти определенную границу, плоду просто

нечего будет добывать, как бы активен он ни был...

Из множества неблагоприятных факторов хочу назвать еще один. Часто считают, что токсикозы говорят о неблагополучном течении беременности. И вот уже в ход идут без ведома врача различные лекарства, приносящие облегчение. А ведь хорошо известно, что лекарства - это палка о двух концах. Матери оно действительно может помочь, а для ребенка окажется сильным стрессовым фактором.

Между тем ранние токсикозы - это истинное спасение для нормальной беременности, и тревогу должно вызывать скорее их отсутствие. Ведь с их помощью из материнского организма удаляются губительные для плода вещества и устанавливается благоприятная среда. Если же защитные силы женщины ослаблены, нарастают неблагоприятные изменения. А вот поздние токсикозы, хотя это тоже приспособительные реакции, уже ненормальны, особенно тяжелые формы. Значит, организм матери до сих пор не справился со своей задачей.

Еще раз приходится напоминать о том, как важны знания о собственном организме. И как важно воспитывать еще со школы уважительнейшее отношение к женщине, основываясь не на чем-то абстрактном, а на физиологической ее роли.

- Итак, если представители "физиологически зрелого" поколения будут соблюдать требования, это позволит разорвать порочный круг. Но ведь среди них все-таки есть ослабленные, у которых будет такое же потомство.

- В детстве можно в значительной степени компенсировать то, что упущено в материнском организме. Если, конечно, действовать умело. Вот здесь и способен оказать неоценимую помощь опыт Никитиных. Разумеется, взятый не "один к одному", а с коррективами - над ними еще предстоит поработать.

Вот поэтому я и говорил, что система Никитиных имеет особое значение именно для ослабленных детей. Когда они наверстывают упущенное, догоняют своих сверстников, эффект особенно заметен. Но важно вовремя начать действовать, иначе может быть поздно. Основная заслуга Никитиных в том, что они нашли приемы, которые можно использовать с самого рождения.

- А как, собственно, узнать, физиологически зрелый родился ребенок или нет?

- Вы правы, это важный момент. Ведь физиологически незрелый организм внешне может и не отличаться от нормального. Это объясняет, кстати, почему до нас никто не обнаружил явление физиологической незрелости и почему оно сейчас с таким трудом получает признание. Отличия здесь внутренние. Они вызваны несоответствием физиологических

особенностей ребенка его возрасту. Исследование дыхательной и сердечно-сосудистой систем, мочи и крови, рефлексов вполне определенно указывает на эти отличия.

Конечно же, подвергать каждого новорожденного всесторонним исследованиям было бы сложно. Поэтому наша лаборатория создала доступные практикам методы. Они учитывают частоту и периодичность дыхания, частоту сердечных сокращений, мышечный тонус и двигательные рефлексы.

Особенно показательны, наглядны рефлексы. Это характерные внешние проявления физиологических особенностей новорожденного. Ими вполне могут пользоваться и родители. Большинство рефлексов связано с тем, что до полутора месяцев у малыша как бы сгибательная поза, в которой он преимущественно находился в материнском организме.

Например, рефлекс Робинсона. Если вложить в ладони младенцу по пальцу, он с такой силой их сожмет, что можно даже поднять его. Этот рефлекс ошибочно считают хватательным. Нет, хватание в данный период еще ложное! Характерно и рефлекторное сгибание ножек при раздражении подошвы. Очень важен открытый нами пяточный рефлекс. Достаточно слегка надавить на пяточную кость, как младенец напрягается, вскидывает руки, на личике появляется гримаса плача - ничего общего, кстати, не имеющая с настоящим плачем. Все это происходит только с физиологически зрелым, у ослабленного рефлексы плохо выражены или вовсе отсутствуют.

- Итак, мы выяснили, что такой-то новорожденный физиологически незрелый. Что дальше?

- Я думал, что обойдусь без объяснения энергетического правила скелетных мышц, чтобы не вдаваться в подробности. Теперь вижу, что не удастся. Это правило мы выдвинули в противовес энергетическому правилу поверхности, сформулированному известным немецким физиологом Максом Рубнером и господствующему в науке с прошлого столетия по сей день.

Согласно Рубнеру природа выдала всем млекопитающим одинаковую энергию на единицу веса: 180-190 тысяч килокалорий на килограмм. Использовал свой запас - умирай. А поскольку животные малых размеров неэкономно расходуют энергию (у них гораздо больше приходится поверхности на единицу массы, а значит, и теплоотдача больше), то исчерпывают они свой энергетический фонд быстрее. Действительно, мышь живет два с половиной года, а слон 80 лет. Мы тоже, начиная свои исследования, находились в плену у этого правила, которому подчиняются "все, от слона до мыши". А потом

обратили внимание на несоответствия. Например, кролик и заяц одинаковы по величине и весу. Значит, энергетические запасы и продолжительность жизни также должны совпасть. Но нет! Заяц гораздо активнее и тратит энергии больше. Еще бы, ведь он мчится со скоростью поезда, спасаясь от хищника! Получается, что заяц быстрее должен "съесть" свой жизненный лимит. Однако живет он в два-три раза дольше своего "расчетливого" собрата! Еще пара: крыса и белка. Поверхность тела у них одинаковая. Первая живет два с половиной года, вторая - двенадцать-пятнадцать лет. И таких примеров у нас набиралось все больше.

В конце концов мы вывели другую закономерность: жизнь организма, его рост и развитие зависят от двигательной активности, позволяющей реализовать наследственную программу. Прямо противоположное тому, что утверждал Рубнер! Ведь из его правила вытекает, что всякое движение - неизбежное зло, так как истощает "жизненную копилку". Нет, оно эту "копилку" пополняет! Именно благодаря движению организм восполняет не только потраченное, но и создает запас, задел для дальнейшего развития.

Пассивность снижает приспособительные возможности организма и делает его беззащитным перед неблагоприятными условиями среды, перед заболеваниями. Активность же выступает как посредник, увязывающий генетическую программу с информацией извне. Без этого эволюция была бы невозможна. Природа очень дорожит законом активности и жестоко наказывает за его нарушения.

Энергетическое правило скелетных мышц начинает действовать, как мы уже знаем, еще до рождения ребенка.

- С плодом вроде бы все ясно. Но вот новорожденный... Он дышит, сосет молоко... Значит, активен! Разве этого недостаточно, разве принцип активности не соблюден уже? Или все-таки необходимо что-то еще?

- Опять же сошлюсь на наши опыты. Четырех-пятидневные щенки в достаточном количестве получали от матери молоко. Некоторым из них вводили вещества, блокирующие двигательную активность. И если вес остальных щенков превысил через месяц килограмм, то у этих остался прежним, на уровне четырех-пяти дней! Результаты таких опытов трудно укладываются в голове, они переворачивают существующие представления. Но беспристрастный язык фактов свидетельствует: пища не сама по себе определяет рост и развитие, а только в сочетании с мышечной активностью. Младенцу нужна работа всех мышц.

- Вы убедили меня в том, что энергетическое правило скелетных мышц - общая закономерность, благодаря которой и

достигается максимальная активность, столь необходимая для оптимального развития организма. Но что "включает" ее после рождения? Возможно, сильный холод, который должно ощутить крохотное существо, появившееся на свет?

- Да, новая среда встречает температурой вдвое меньшей, чем была у матери! Представляете, какая сложная задача у новорожденного: самостоятельно восстановить утраченные восемнадцать градусов? Ведь потери тепла у него во много раз больше, чем у нас с вами. Тут Рубнер, безусловно, прав. Новорожденный согревается, почти беспрерывно двигая ручками и ножками. Это ему явно на пользу: он быстро прибавляет в весе, растет и крепнет.

Увы, как часто, превратно понимая уязвимость, хрупкость новорожденного, стремятся обеспечить ему максимальный комфорт - держат в жаркой комнате да еще стягивают пеленками! И действие механизма, созданного природой, нарушается тем больше, чем сильнее "забота". Примерно при 32-34 градусах мускулатура полностью расслабляется...

- А какая температура нужна?

- Точно этого пока сказать нельзя. Югославские ученые поставили интересный опыт. Крысы, которые должны вот-вот родить, могли поселиться в ячейках с любой температурой, но все, как одна, устраивались там, где было 15 градусов. В самом гнезде, конечно, теплее, но воздух, которым дышали крысята, именно такой. Мы получили хорошие результаты, на время понижая температуру и до 10 градусов. Это время, пока мышцы у крысят еще напряжены. Если переусердствовать, мышцы также расслабляются, и развитие тормозится. Между прочим, крысы считаются удобной моделью для изучения человека. С полной уверенностью в своей правоте мы ненадолго ставили на живот ребенка стакан воды со льдом около 5 градусов. Температура тела не понижалась, напротив, поднималась на 0,5-1 градус. Как только она начинала снижаться, стакан снимали. Это очень тонизировало малыша.

Однако призываю родителей не увлекаться. Повторяю, точных рекомендаций на этот счет пока не существует. Определенно можно говорить лишь о верхней границе. Она не должна превышать 20-22 градуса. 25-26 градусов в родильных домах плохо.

Хорошо кратковременно держать новорожденного (первые 7-8 дней его жизни) при температуре не выше 18 градусов обнаженным, набирая 2,5-3 часа в сутки. Для физиологически зрелых сеансы могут быть 10-15 минут, для незрелых - меньше. Во всех случаях сигналом к прекращению процедуры служит

снижение двигательной активности. И спать ребенку следует не в жаркой комнате. Даже зимой можно оставлять его на закрытой веранде или балконе. Если, конечно, нет сильного мороза. В этом случае полезно держать открытой форточку или же периодически проветривать помещение.

Напомню, что с помощью таких процедур Никитиным удалось ликвидировать у своих детей диатез. Но, повторяю, важно не перейти рамки адаптивных возможностей организма. С ослабленным младенцем необходимо обращаться особенно осторожно. Тем не менее, и для него эти воздействия столь эффективны, что он все больше и больше наверстывает упущенное и медленно, но верно догоняет в развитии своих сверстников.

- Вы нелестно отозвались о стягивании пеленками. А оно чем плохо? Это веками существующий обычай. Бытует мнение: так ребенку спокойнее. Он не будет беспокоиться, пугаться своих ручек, травмировать себя ими. И если малыш активен во время бодрствования, так как получает прохладные воздушные ванны, и если спит на холоде, но затянут пеленками, - противоречит ли это вашим мыслям? Ведь во сне он отдыхает. Какая уж тут активность?

- Дело в том, что борьбы с холодом, так пугающей многих родителей, еще недостаточно! В самом деле, вначале ребенок спит почти все время. Так что же, позволить ему практически постоянно бездельничать? Природа не может этого допустить! Она ищет дополнительные резервы.

И вот в дыхание спящего младенца периодически вплетается фаза длительного выдоха. Возникает дефицит кислорода - уже известный нам "пусковой механизм" двигательной активности. Происходит рефлекторное подрагивание. В результате 50 процентов времени спящий ребенок проводит фактически в движении. А пеленки этому препятствуют! Полностью устранить двигательную активность они, к счастью, не могут. Но сильно ее ограничивают. И тем больше, чем туже затянуты.

В нашей лаборатории создана специальная одежда для новорожденных типа распашонки, рукава защиты. В ней они в полной безопасности и в то же время абсолютно свободны, поэтому сохраняют естественную для них двигательную активность.

- Лена Алексеевна Никитина утверждает, что избавиться от диатеза у последнего, седьмого, ребенка удалось еще в роддоме благодаря раннему кормлению грудью. Действительно ли это важно?

- В родильных домах новорожденного приносят на первое

кормление в лучшем случае через сутки, а обычно через двое-трое суток. Причина - все в том же стремлении к комфорту. Дают отдохнуть, прийти в себя и роженице и ребенку. Кроме того, утверждают, что молоко появляется чаще всего на третьи сутки. Но вот мы обратили внимание, что у животных иначе. Они кормят буквально в первые минуты после родов, и это имеет огромное значение. Их детеныши застрахованы от неприятностей, с которыми смирились, как с неизбежными, педиатры: от потери в весе не менее 100-200 граммов, от так называемой "физиологической желтухи", от увеличения выделения влаги, от загустения крови и уменьшения содержания в ней белка... Дальнейшие наши исследования показали, что, если младенцу сразу же дать грудь, у женщины появляется молоко, иначе оно действительно пропадает и восстановится через три дня, причем с трудом. И у малыша неблагоприятных изменений не возникает. Это и не удивительно, ведь первое молоко, названное молозивным, - чрезвычайно ценный для ребенка продукт. Оно содержит полный набор не только питательных веществ, но и таких, что повышают устойчивость к инфекциям, против которых новорожденный сам по себе беззащитен. Особенно нуждаются в нем физиологически незрелые. Если ослабленный ребенок не может сосать, нужно сцедить молоко и дать (не стерилизуя, чтобы не разрушить активные вещества) из рожка.

Благотворно действует раннее кормление и на женщину. Без всяких фармакологических средств ее организм способен быстро прийти в норму. В Яузском роддоме погибала женщина от кровотечения. Отчаявшиеся спасти ее врачи ухватились за последнюю "соломинку": я предложил дать матери покормить ребенка. Кровотечение прекратилось! Это далеко не единственный пример.

И если б видели вы лицо матери, только что искаженное страданием и вдруг преобразившееся, когда она почувствовала прикосновение губ своего ребенка! Самая некрасивая женщина в это мгновение прекрасна. И становится ясным, что это и есть для нее наилучший отдых. А как меняется отношение к нежеланному ребенку! Сколько будущих несчастливых жизней способны выправиться в этот счастливый миг... Да, раннее вскармливание необходимо и ребенку и матери. Мы считаем, что оно должно начаться в первые 20-30 минут после рождения, в крайнем случае, не позже часа. Конечно, сложившиеся традиции не так легко изменить. Вот почему сейчас появляются компромиссные рекомендации ученых: кормить через 16, 12, 6 часов... Мы уверены, что в скором времени будет принята наша рекомендация. В США, например, ее уже подхватили и широко

используют.

- Я сейчас заметил, что разговор все время идет о первых днях ребенка. А ведь Никитины рассказали нашим читателям о большом периоде жизни своих детей...

- Первая неделя - критический срок. В это же время решается, приспособится ли крохотное существо к совершенно новым для себя условиям. В этот период определяется, избавится ли ребенок от физиологической незрелости или же, наоборот, она у него из-за неправильных мер усугубится. Именно поэтому я уделил столько внимания первой неделе.

- Ну а если возможности в эту "узловую" неделю все-таки упущены? Можно ли что-то сделать в последующие периоды?

- Это во много крат сложнее! Но вполне возможно. Опыт Никитиных, а также их последователей - московских инженеров В. и Л. Скрипалевых, режиссера Н. Бурляева и актрисы Н. Бондарчук - тому подтверждение. Все их дети родились с явной физиологической незрелостью, к тому же по ряду причин основные меры начали принимать после недельного возраста. Тем не менее во всех случаях удалось добиться замечательных успехов.

- Это обнадеживает. Какие же здесь существуют возможности?

- Прежде всего по-прежнему недопустимо сдерживать активность ребенка, туго его пеленая. Рукава в одежде типа распашонки должны быть зашиты до той поры, пока малыш не привыкнет к своим ручкам и не исчезнет опасность травмы.

Очень важно, чтобы кормление грудью продолжалось до года. Я понимаю, что не всегда это от матери зависит. Но нередко она по собственной инициативе прекращает вскармливание. Ошибочное решение! Ничто не может заменить материнское молоко.

Причем кормить ребенка следует так часто, как он этого попросит. А вначале он просыпается, проголодавшись, примерно через каждые три часа. Получается, что кормить приходится не менее семи раз в сутки да и ночью тоже! Ребенок не должен страдать оттого, что это неудобно для взрослых.

Не теряет своего значения холод. Воздушные ванны следует делать перед кормлением. Хорошо, если будет 18-16 градусов, для более крепкого малыша может быть и 14 градусов.

- Тот же вопрос: как определить в этот период состояние ребенка?

- Вот этапы нормального развития. Они могут служить достаточно четким ориентиром.

К полутора месяцам (не позже!) ребенок приобретает способность противостоять гравитации и начинает расставаться

со сгибательной позой. Первой высвобождается голова. Начинается активное, хотя и робкое, познание мира, возникают зрительные ориентировочные рефлексы.

К трем месяцам впервые "развязываются" ручонки. Несколько позднее уже и ножки не сопротивляются разгибанию. Между третьим и четвертым месяцами появляется истинное хватание, а рефлекс Робинсона исчезает. Пропадает и пяточный рефлекс. Ребенок начинает познавать окружающие предметы не только зрением, но и хватая их, осязает и даже пробует на вкус.

В пять-шесть месяцев наступает вторая антигравитационная реакция: поза сидения. Это совпадает с появлением зубов. И наконец, заключительная победа над гравитацией: в девять-десять месяцев ребенок стоит, а вскоре делает первые робкие шажки.

При хорошей активности ребенка вполне может быть некоторое опережение графика. Напротив, отставание должно встревожить, особенно если оно больше. Ведь тогда вообще все перепутается. Запоздала, например, поза сидения -значит, поздно появятся зубы. Сейчас они нередко "лезут" в девять месяцев, в год и даже в полтора. Нормальная двигательная активность - это и профилактика кариеса.

- Очевидно, своеобразие развития ребенка после недельного возраста в том, что он довольно быстро приобретает новые для себя возможности. Поэтому удовлетворить его потребности в движении можно двояко: либо предоставив его самому себе, либо дав дополнительную нагрузку - специальные упражнения, спортивный снаряд в кроватке, плавание... Второй путь многих смущает. Они высказываются за естественный ход событий, протестуют против насилия над природой.

- Никого не удивляет обычный уход за младенцем, удовлетворяющий различные его потребности. Думаю, мне удалось доказать, что двигательная активность также жизненно важная потребность. А в полной мере удовлетворять ее ребенок самостоятельно не может. И если мы стимулируем активность, это никак нельзя назвать насилием над природой. Вот если нет оптимальных условий для проявления активности, тогда и следует говорить о своеобразном насилии. Но, подчеркиваю, оптимальных. Крен в другую сторону также опасен.

Начну с простого. Хорошо почаще класть малыша на животик. Тогда он старается поднимать головку. И это удается ему раньше, чем обычно, так как укрепляются мышцы шеи.

У Никитиных много упражнений для рук. Они учили своих малышей крепко хвататься за протянутые к ним своя пальцы, подтягиваться... В коляске закрепляли перекладинку, на которой малыш мог тренироваться, когда достаточно окрепнет. Все это

хорошо. Их последователи Скрипалевы придумали еще одно полезное новшество: наклонную рамку-лесенку в кроватке. Лежащий ребенок подтягивается с ее помощью все выше и выше. А повернешь лесенку по-другому - и малыш может стоять. Она учитывает распределение тяжести маленького тельца и поддерживает его.

Наибольшие споры, конечно, вызывает раннее плавание. Никитины сожалеют о том, что не научили своих малышей плавать, так как не знали об этом новшестве. Да, их сожаление оправданно. Мы убедились в пользе раннего плавания, наблюдая за Олей Скрипалевой, которая начала плавать с двух месяцев, и за Ваней Бурляевым - он приобщился к этому с девяти дней. Основная польза тут вот в чем. Как указывалось выше, природа "предусмотрела" периодический дефицит кислорода у спящего младенца, чтобы стимулировать его двигательную активность. Какая здесь связь с плаванием? Прямая. Ныряя, ребенок задерживает дыхание не на секунду, как во сне, а на 30-40 секунд и более. Известный уже нам "пусковой механизм" заводится сильнее. А возможности для двигательной активности в воде лучше: здесь почти невесомость. В конечном итоге "ребенок-амфибия" крепче, чем обычный. Не говоря уже о том, что, естественно, легко приобретается навык плавания, очень важный в жизни.

- Часто сомневаются в самой возможности раннего плавания. Конечно, это забавно: и в нашей стране, и за рубежом плавающих младенцев становится все больше. Но не верит кое-кто такого рода сообщениям, и все тут! Ведь житейский опыт говорят: младенец слаб и беспомощен. Интересно выразила это мнение одна читательница: "Не поверю, что малыш не захлебывается и что в ушки вода не заливается, пока мне не объяснят, как это получается". А действительно, как?

Когда мы начали изучать "детей-амфибий", я сразу вспомнил об опыте, который давно демонстрировал студентам. Капнешь утке на ноздри воду, и дыхание у нее рефлекторно останавливается. Это и позволяет ей быть ныряющим животным. У детей оказалось то же самое. Как только ноздри смачиваются водой, тут же перекрываются воздушные ходы. А система ухо - горло - нос, как известно, единая. Ротовая полость оказывается замкнутой, из-за этого повышается давление в евстахиевых трубах, и уши также перекрываются.

- Ваня Бурляев к шести месяцам проводил в воде уже два часа в день, а то и более - до пяти. Допустимо ли это? Не может ли появиться из-за перетренировок так называемое "бычье сердце"?

- В принципе разделяю подобную тревогу. Чрезмерные

нагрузки пагубны. Именно поэтому я говорил об оптимальных условиях для двигательной активности. Но в данном случае "перетренировки" нет. Ведь два часа (редко больше) Ваня не беспрерывно проводил в воде, а набирал их за сутки. К тому же не только плавал, но и рассматривал игрушки на дне, а то и просто неподвижно лежал на поверхности. Конечно, для совсем маленького это было бы слишком долго. Ваня и сам начинал в девять дней с короткого знакомства с водой - его просто окунали (к этому времени пуповина, как правило, уже отпадает).

- Некоторые энтузиасты раннего плавания предлагают идти еще дальше. Пионер этого дела в нашей стране И. Чарковский ратует даже за то, чтобы все время детей в воде держать с самого рождения. К нему присоединяется и В. Скрипалев. Ссылаются они как раз на "невесомость", в которой ребенку легче. Так, мол, он будет развиваться быстрее. Что вы об этом думаете?

- В исключительных случаях стоит прибегнуть и к совету Чарковского. Так можно выходить чрезмерно ослабленного, с глубокой физиологической незрелостью ребенка. Что и было частично с Ветой Чарковской. Она покидала ванну только для сна и гуляния. Девочка была недоношенной, вес ее был ниже всяких допустимых границ - 1600 граммов. А в три месяца она не только сравнялась в развитии со сверстниками, но и обогнала их!

Но рекомендовать это для всех детей... Тут я против. Мы готовим все-таки человека для жизни в воздушной среде. Жизнь в океане пока фантазия. Стало быть, основное время ребенок должен находиться не в воде -она нужна ему лишь как вспомогательное средство. Но дело не только в этом. Излишнее увлечение плаванием сокращает или вовсе ликвидирует возможность удовлетворить другие потребности ребенка. Нельзя за счет одного обкрадывать его в другом!

Нужно исходить из возраста малыша, причем не только укладываться в нормальный период бодрствования, а он неодинаков для разных возрастов, но и оставлять время для всего прочего, что необходимо бодрствующему ребенку.

- Имеете ли вы в виду под "остальным" и интеллектуальное развитие младенца?

- Несомненно! И здесь наш разговор переходят в иную плоскость. С самого рождения ребенка его воспитание должно опираться не просто на физиологическую активность, а на психомоторную активность.

Конечно, все разговоры о якобы сознательном восприятия малышом информации лишены основания. Сознания у него нет не только в первый год жизни, но и много позже. Однако это не означает, что мы не можем с первых же дней взяться за

совершенствовании интеллекта, личности. Ведь уже действует мощный механизм - подсознание. На него и следует опираться. Какой же существует к нему ключик? Это эмоции. Двигательная активность ребенка обязательно окрашена эмоционально.

Наипервейшее требование: нужно стараться, чтобы любая реакция малыша была ему приятна! Это залог его успешного развития. И это предусмотрено природой: ведь первыми возникают положительные эмоции и уже затем, при встрече с неблагоприятными условиями, отрицательные.

- Позвольте, а крик новорожденного, с которым он появляется на свет! Разве не отрицательна первая его эмоция?

- На протяжении многих веков философы ломали головы над этим. Какие только не давались объяснения! И протест нового человека против ожидающей его бренной жизни, и недовольство более суровыми, чем в материнском чреве, условиями... На самом деле происходит вот что

У плода голосовая щель закрыта, в частности, чтобы околоплодные воды не попали в дыхательную систему. В последнюю стадию беременности у плода уже начались ритмические дыхательные движения, создающие разрежение, которое облегчает приток материнской крови. После рождения голосовая щель все еще спаявшаяся. И первый крик ребенка - это просто-напросто выдох при суженной щели. Ничего отрицательного здесь нет. Напротив, чем сильнее крик, тем лучше. Это также может служить признаком физиологической зрелости.

У новорожденного вообще какое-то время отсутствуют болевые реакции. Это точно установлено нашей лабораторией. А когда они появляются, то могут в принципе выражаться необязательно криком. Но малыш быстро "уясняет", что именно крик лучше всего привлекает внимание родителей, и начинает этим пользоваться. Получается, что это мы, взрослые, приучаем его кричать.

- Другое сомнение. Вы сказали, что ребенку все должно быть приятно. Но сердобольные мамы как раз к этому и стремятся: стараются устроить для него "райскую жизнь". Пусть, мол, нежится, пока можно, успеет еще натерпеться. Как же вяжется это с условием, которое вы выдвинули ранее: подвергать малыша различным испытаниям - холодом, физическими нагрузками?..

- О, это очень важно! Нельзя ограждать ребенка от контактов с внешней средой. Он не должен получать готовое удовольствие - на блюдечке с голубой каемочкой, как говорятся. Он должен сам, проявив активность, получить положительные эмоции. Наша лаборатория расшифровала физиологический смысл

информации. Только та информация представляет для ребенка ценность, которая вызывает двигательную активность и обеспечивает тем самым рабочие возможности его организма. Возможности, которые нужны сейчас и которые потребуются в будущем. Возможности тела и возможности мозга.

Так что ни в коем случае нельзя забывать о важнейшем инструменте эволюции - удовольствии, но пользоваться им следует умело. Не потакать нужно ребенку, а научить его трудом добывать награду. А получив ее, он захочет вновь и вновь повторять то, что уже попробовал сделать. Только так возможно полноценное развитие. С этой точки зрения известное изречение "труд создал человека" приобретает новое, физиологическое звучание.

- Как же можно создать положительный эмоциональный настрой у ребенка и повышать на этом фоне его интеллект?

- Нужно всемерно развивать познавательный рефлекс.

Существует такое понятие - комплекс оживления. Малыш оживляется, видя лицо матери, игрушку, ванночку... Так он устанавливает контакт с внешним миром. При этом возникает двигательная активность и улыбка - проявление положительных эмоций. Если вы будете просто улыбаться ему - уже хорошо. Контакт расширяется. Дети, недополучающие улыбку или вовсе ее лишенные, сильно отстают в развитии. Но можно пойти еще дальше: отвечать не только на улыбку, но и на гуление. Наталья Бондарчук придумала целый "язык" гуления для общения со своим сынишкой. Смысловой информации он практически не несет, но эмоционально чрезвычайно насыщен! Это очень ценно. И контакт резко увеличивает и облегчает овладение в дальнейшем настоящей речью. Можно пойти еще дальше. Развесить по стенам карты, азбуку, числа, нарисовать буквы и цифры на игрушках, включать музыку, обращаться к ребенку на иностранном языке. Последний прием интересно использован в семье Скрипалевых. Владимир с самого рождения детей разговаривает с ними только по-английски, а Лариса - только по-русски. В результате ребята легко, непроизвольно осваивают оба языка - и "папин" и "мамин". Это подтверждает, что полезная информация хотя и не воспринимается грудным младенцем сознательно, но откладывается в его подсознании и потом скажется. Только нужно учитывать два требования. Вы должны быть убеждены, что то, чем вы "пичкаете" своего ребенка, потом ему действительно будет полезно. И следует сделать максимальный упор на его самостоятельные действия. Например, недостаточно, если ребенок только слышит музыку. Гораздо больше пользы, если он сам попробует извлекать звуки. Забавно

было наблюдать, как Ваня Бурляев терзал губами клавиши игрушечного рояля. Постепенно он стал "общаться" с музыкальными звуками более осмысленно.

Когда ребенок делает сам, он творит. В нем воспитывается творец. В противном случае всего лишь исполнитель. Здесь имеет значение все. Малыш много ползает - значит, самостоятельно познает мир. Взял погремушку -тоже познание. Засунул ее в рот - еще лучше: в познание включаются все чувства, ему доступные. Очень важны зачатки игр, которые возникают в это время. Причем, если ребенок активен, самостоятелен, не надо бояться, что он устанет. Он сам переключится, когда нужно, на что-нибудь другое и избежит таким образом усталости.

В заключение хочу подчеркнуть, что перед нами двуединый процесс. Развитие мозга стимулирует физическое развитие, а это, в свою очередь, открывает новые возможности для интеллекта. Известно, что организм в начальной стадии как бы повторяет в ускоренном темпе эволюцию жизни на Земле. Видим мы это и в нашем случае. Так когда-то взаимодействие мозга и руки, взаимное их "подталкивание" вперед позволили обезьяне превратиться в человека. Очевидно, возможности этого явления безграничны. Используя его, можно сделать человека во много крат совершеннее и физически и интеллектуально.

--

Итак, исследователи-энтузиасты и видный ученый, начав с разных исходных точек - практики и научной теории, - пришли к одному и тому же выводу: существующие методы воспитания детей необходимо во многом пересмотреть. Очевидно, веские аргументы, выдвинутые профессором Аршавским и супругами Никитиными в подтверждение своих мыслей, должны быть внимательно рассмотрены специалистами в данной области. Они заставили нас по-новому взглянуть на проблему воспитания, они показали огромные, не вскрытые пока еще резервы в развитии детей.

Часть 3. ЧТО МЫ УЗНАЛИ

В этой главе мы постарались изложить САМОЕ ГЛАВНОЕ из того, что пока не публикуется в популярной медицинской литературе, но представляется нам чрезвычайно важным для всех, кто хочет иметь здоровых, развитых, жизнерадостных детей. Сведения, которые здесь даны, собраны за много лет из разных источников (спасибо всем, кто помог нам их собрать). Сюда вошли и народные традиции, проверенные веками, но почему-то забытые или отвергнутые; и результаты новейших научных исследований; и современный родительский опыт, в том числе и наш собственный, теперь подтвержденный жизнью и наших детей, и наших внуков.

Мы отдаем себе отчет в том, что излагаемые нами сведения войдут в противоречие со многими рекомендациями, которые даны в популярных книгах и брошюрах для родителей, и вызовут недовольство их авторов: "Неспециалисты, а осмелились..." Мы хотели бы спросить их, в свою очередь: что же нам остается делать, если специалисты ОБ ЭТОМ - о чем давно уже надо кричать! - не говорят даже шепотом?! То, что они пишут (например, профессор Студеникин М. Я. в "Книге о здоровье детей") и многократно издают огромными тиражами, никак не способствует оздоровлению и укреплению детей. Наоборот! Грозная статистика детской заболеваемости и смертности, наконец-то приоткрытая для широкой публики, со всей очевидностью доказывает несостоятельность многих официальных рекомендаций и инструкций, далеких от истинной науки и передовой практики. Теперь мы убеждены: именно потому, что мы когда-то осмелились действовать вопреки общепринятому и "научно обоснованному" и прислушались к себе, к ребенку - к Голосу Природы! - мы достигли результатов, которыми можем теперь гордиться и которые облегчают жизнь многим родителям, осмелившимся пойти по нашему пути. Мы получаем сейчас множество писем, в которых матери и отцы благодарят нас за то, что они узнали из наших книг и смогли применить в своей жизни с детьми. Спасибо этим добрым письмам! Они согревают нас и дают нам силы для работы.

Но если бы вы знали, сколько других писем и телефонных звонков обрушивается на нас с просьбами: "Помогите!" и с требованиями: "То, что вы знаете, дайте всем!" Вот почему мы поместили в книгу эту главу.

Она собрана из нескольких рукописей, которые

предназначались и использовались для отдельного чтения, поэтому в ней немало повторений, разных вариантов одной и той же информации. После некоторых колебаний мы решили оставить все как есть просто потому, что у каждой части этой главы свой адресат:

1. "Ожидая малыша" - вступающим в брак;

2. "Первый час, первая неделя" - будущим родителям и персоналу родильного дома;

3. "Молоко матери" - мамам и бабушкам;

4. "Наш малыш в первый год" - тем, кому надо самое главное, и покороче;

5. "Просьбы к врачам и сестрам родильного дома" - именно им, но и не только им...

Мы надеемся, что взгляд на проблему как бы с разных точек зрения поможет читателю выработать свое мнение и побудит к действию - на благо собственного ребенка.

Ожидая малыша

Что надо знать вступающим в брак

1. Начало жизни ребенка должно быть радостным и светлым событием для матери и отца, которым следует помнить: желанный ребенок имеет много преимуществ перед нежеланным, особенно в развитии его эмоциональной сферы. Поэтому первый месяц новобрачных хорошо бы сделать действительно "медовым" - счастливым, защищенным от вмешательства извне и стрессовых ситуаций. Наверное, следует возродить СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ - разумный старый обычай, напрасно забытый нами. Оно куда нужнее и полезнее молодым, чем дорогостоящее, пышное, чаще всего хмельное застолье.

2. ТРЕЗВОЕ ЗАЧАТИЕ должно быть законом жизни. Нарушение его - дикость и бескультурье, оно ведет к страшным последствиям, особенно частым, если пьяна мать (до 75% детей рождается неполноценными). Это люди узнали давно: во Франции уже в средние века дефективных детей называли "карнавальный ребенок", а в аристократических кругах - "дитя легкого ужина" (ужин с вином); у английских рабочих - "воскресное дитя" (зарплату выдавали в субботу). Славяне уже в древние времена запрещали новобрачным пить вино. Многие народы давно придерживаются этой мудрой традиции. В Кабардино-Балкарии, например, и сейчас во время свадьбы жених

и невеста ничего не едят и не пьют. Алкоголь противопоказан матери во все время беременности и кормления грудью.

3. НЕ КУРИТЬ - второй закон для будущей матери. Курение не только пагубно отразится на развитии плода (резко возрастает риск родить неполноценного ребенка), но и почти гарантирует рождение потенциального курильщика: никотин, как и другой наркотик, способен задерживаться в организме будущего ребенка и вызывать потребность в дополнительных дозах этой отравы. Никотин может вызывать судороги у плода и даже преждевременные роды. Даже присутствие в помещении, где курят (пассивное курение), вредно для матери и младенца. Курящему отцу надо это хорошо помнить.

4. Необходим полный ОТКАЗ ОТ ЛЕКАРСТВ на весь период ожидания малыша и кормления его грудью. Слабый и нежный росток жизни - зародыш - особенно чувствителен к лекарственным воздействиям. "Безобидное" снотворное - талидомид - привело к трагедии в Европе: несколько тысяч детей родились и живут без пальцев, без рук или с изуродованными руками и ногами и даже без рук и ног, а их родители уже четверть века казнят себя за легкомыслие (см. журнал "Англия", №4, 1988, с. 64-70). Куиноформ (от желудочно-кишечных болезней) в Японии вызвал "эпидемию" смона (паралич ног, потеря зрения). Пострадало более 20 тысяч человек. Противопоказаны диуретики (мочегонные средства); антибиотики не только губят микрофлору в организме, но и часто, как и переливание крови, оказывают иммунодепрессивное действие на организм женщины и ведут к преждевременным родам (растет число матерей, ложащихся "на сохранение" недоношенных детей). Даже сами врачи предостерегают: надо быть осторожным с приемом пенициллина, тетрациклина, ПАСКа, аспирина, амидопирина, хинина, сульфаниламидов и с облучением рентгеновскими лучами. А побочного действия скольких лекарств мы еще не знаем, о скольких не подозреваем?

ИТАК, ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВОГО ЗАЧАТИЯ И НОРМАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПЛОДА НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ ТРИ ТАБУ, ТО ЕСТЬ ПОЛНЫХ ЗАПРЕТА: НА АЛКОГОЛЬ, ТАБАК И ЛЕКАРСТВА. Кроме этого, для беременных существуют многие опасности, о которых часто не подозревают, а их следует по мере возможности избегать.

5. Механические вибрации, связанные с работой на станках, машинах, тракторах и т. д., разрушительно действуют на детородные органы женщин и на течение беременности. Зато безусловно ПОЛЕЗНЫ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ и напряжения, доставляющие удовольствие женщине: плавание, катание на

коньках, легкий бег, грациозные танцы, посильная физическая работа на свежем воздухе.

6. Нервные перегрузки, стрессы особенно опасны в начальный период беременности - первые 2-3 месяца, когда у плода происходит закладка всех органов. Неблагоприятное состояние матери может привести к психическим и даже физическим уродствам будущего ребенка. "Заячья губа" и "волчья пасть", оказывается, не врожденное уродство, а следствие стрессов (доказано в опытах над животными в лаборатории профессора И. А. Аршавского). Мудро делают японцы, предоставляя декретный отпуск в начале беременности, а не в конце, как у нас и в других европейских странах.

СПОКОЙНОЕ РАДОСТНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИНЫ, ожидающей ребенка, необходимо во все время беременности, так как через нее к ребенку поступает извне масса информации, которая оказывает на него либо положительное, либо отрицательное воздействие. Известен, например, случай, когда потрясение, пережитое королевой Англии (на ее глазах зарубили человека), отразилось и на родившемся вскоре ребенке: всю жизнь он отличался патологической трусостью, даже взрослого, его начинала бить дрожь, если он видел обнаженный меч.

Есть наблюдения, свидетельствующие о том, что если женщина, ожидающая малыша, переживает приятные минуты от проявления своих талантов, то это наслаждение передается ребенку и благотворно сказывается на развитии его способностей. Дело в том, что уже до рождения у младенца начинают функционировать нервная система, слуховой и вестибулярный аппараты, осязание и другие системы и органы. Он слышит стук сердца матери, ее голос, приглушенные внешние звуки, музыку. Одна мама рассказывала, как ее малыш "брыкался" в такт веселой мелодии. А один будущий отец перед рождением ребенка разговаривал с ним, положив ладони на живот матери. И был вознагражден: родившись, младенец заулыбался, услышав знакомое: "Малыш, я твой папа!"

Правы были древние греки, которые советовали будущей маме смотреть на красивые статуи и картины, слушать приятную гармоничную музыку, легко и красиво ходить. Мы бы добавили: маме надо подняться на вершины своих возможностей, блеснуть всеми своими талантами, показать, какое это наслаждение - быстрый бег, легкий танец, добрая песня. Ведь малыш вместе с мамой переживает и ощущает, что приятно, что красиво, что хорошо, и ради него маме надо СТАТЬ ПРЕКРАСНОЙ, а папа - первый, кто должен воодушевить ее и помочь ей в этом.

7. Совет "есть за двоих" нередко ведет к перееданию и вредит

и матери, награждая ее излишним весом, и ребенку - он мало шевелится и плохо развивается при этом. Природа подарила будущему человечку удивительный "механизм". Если мама не обедала и к ужину у нее в крови будет мало питательных веществ, то малыш начинает ЧАСТО ШЕВЕЛИТЬСЯ, "брыкаться". При этом у него сразу и резко учащается пульс, и он больше перекачивает крови - добывает себе "кусок хлеба". Такое же учащение шевелений плода (частота их может возрасти в 10-20 раз) можно наблюдать при всякого рода физических нагрузках, в беге, при подъеме по лестнице. В Японии заметили, что самые идеальные, физиологически зрелые дети рождаются у ныряльщиц - искательниц жемчуга, которые не оставляют работы до самых родов. Такой маме приходится задерживать дыхание надолго, и кровь ее обедняется кислородом, но малыш часто брыкается, "добывая кислород" и таким образом занимается гимнастикой еще до рождения.

8. В старину была поговорка: "Сколько детей родила, столько зубов потеряла". Чтобы предупредить порчу зубов, надо есть продукты, богатые кальцием: хрящи, разваренные сахарные косточки, холодец, консервированную рыбу. Некоторые женщины в это время любят есть мел, толченую яичную скорлупу. Вообще не надо удивляться изменению ее вкусов. Нередко организм женщины дает знать о нехватке некоторых веществ для создания нового организма. У казахов есть специальное понятие, обозначающее это особое желание женщины - талгак, и отец разобьется в лепешку, чтобы достать то, что ей хочется (селедки, лимон, черной редьки...). Если женщине в какие-то дни (чаще в начале беременности) совсем не хочется есть, то пусть "постится", тогда и поташнивание бывает реже. Нам известны мамы, которые не ели по понедельникам (по Брэггу), малыши их активно шевелились и родились хорошими, крепкими.

9. Половая жизнь нежелательна во все время беременности, особенно в первые три и последние два месяца перед родами. Токсикозы беременных нередко являются следствием неупорядоченного неосторожного поведения супругов, за которое приходится иногда расплачиваться выкидышем или инфицированием плода и матери, вплоть до родильной горячки. Воздержание после зачатия, требуемое традицией некоторых народов и религий, находит решительную поддержку у современных ученых-физиологов (см. интервью И. А. Аршавского).

10. Физическая слабость, неподготовленность женщины усложняет течение беременности и родов. Маме надо быть сильной. Спартанцы считали, что только сильная мать родит

сильного воина. По сегодняшним меркам, если женщина в беге развивает скорость более четырех своих ростов в секунду, если из виса поднимает ноги к турнику 5-10 раз подряд и может подтянуться до подбородка, то это обещает более легкие, быстрые и безболезненные роды.

Будущей маме надо не только "гулять на свежем воздухе", но и бегать, плавать, заниматься специальной гимнастикой. Йоги советуют делать минимум три "асаны" для подготовки к родам. Они просты, не требуют особой подготовки, но весьма эффективны, особенно если заниматься каждый день, а начать занятия заблаговременно. Вот эти "асаны" (упражнения делать на коврике):

А. Встать на колени, пятки раздвинуть на ширину плеч. Сесть на пол между пяток. У кого сразу не получится, то, опираясь руками в пол и покачиваясь, садитесь ниже и ниже, пока не сядете на пол. Продолжительность 3-5 минут.

Б. Сесть на коврик, сложить стопы до касания след в след. Руками обхватить пальцы обеих ног и мягкими нажимами притягивать пятки к промежности. Колени при этом опускать мягкими толчками все ниже и ниже, стараясь ими, одновременно двумя, коснуться пола. Упражнение готовит промежность к родам. Продолжительность его - 2-3 минуты.

В. Лечь на спину, поднять ноги и таз вверх, руками, согнутыми в локтях, упереться в таз. Упражнение напоминает гимнастическую "березку", оно очень популярно у индийских женщин, так как предупреждает образование застойных зон в органах и тканях. Выполнять с начала беременности ежедневно по 2-3 минуты, можно в несколько приемов - утром и вечером.

11. Срок родов обычно указывается в обменной карте с точностью до одного дня. Врачи почему-то считают женщину подобной часовому механизму и всем предписывают рожать через 280 дней. Детей, родившихся раньше этого срока, называют недоношенными, а позже - переношенными. А важен не срок, а физиологическая зрелость по шкале Апгар-Аршавского, то есть готовность к переходу в новые условия жизни. Известны случаи рождения зрелого ребенка и через 251 день и через 312. У разных женщин эта скорость созревания плода различная и нормальные сроки рождения ребенка разные. Чтобы не нервировать напрасно женщин, в обменной карте надо писать срок - через 9 месяцев и 30 дн., а дородовой и послеродовой отпуск женщине давать общий - независимо от фактического срока рождения ребенка. Тогда снимутся многие недоразумения в оформлении декретного отпуска, так как отпадет охота врачей и женщин "перехитрить" друг друга при определении срока родов. Тогда женщина не

будет пугаться, что роды могут быть на целый месяц (наиболее вероятно на 2 недели) раньше или позже. Они будут знать, что не надо торопиться и никакие стимуляторы не нужны. Природа точно определяет, когда ребенку надо родиться и не задерживает его, а женщине просто надо приготовиться к этому заранее и совершенно спокойно ждать первых сигналов. Их называют "предвестниками" или "послами". Эти нерегулярные сокращения матки (они могут быть даже за две недели до родов) - своего рода тренировка матки к предстоящим родам. Они обычно прекращаются через некоторое время. Когда же схватки начинают повторяться регулярно (у кого через 30, у кого через 20 или 15 минут), тогда можно сказать: наступают роды.

12. Страх перед родовыми болями угнетает женщину, лишает ее полноценной радости материнства. Обязательны ли родовые боли? По рассказам пожилых женщин и многих врачей - да. Однако сплошной опрос крестьянок и женщин, занятых тяжелой физической работой (в Чехословакии) показал, что у 14% женщин роды проходили вообще безболезненно, большинство считало: "вполне терпимая боль" и лишь немногие называли ее "сильной". Когда европейские доктора поехали к индейцам Северной Америки, то узнали, что там женщины ожидают рождения ребенка с радостью, и обычно роды идут легко и без болей. Если учесть, что у животных рождение детенышей тоже, как правило, не причиняет матерям страданий, то вывод напрашивается сам собой: европейским женщинам разговорами о болях просто внушают, что роды болезненны. Это начала делать еще Библия, где в первой книге Моисея написано: "В болезнех будеши родити чада". В результате у женщин заранее накапливается тревога и страх, ведущие к судорожным сокращениям мышц, неумению расслабиться и отдыхать между схватками, правильно дышать, что и усугубляет боли во время родов. Врачи-акушеры наблюдали это давно и искали пути облегчения процесса родов. В 1957 году парижский акушер доктор Ламаз, объединив метод англичанина Рида (1933 г.) и русского Вельвовского (1949 г.), создал нечто превосходящее все ранее применявшиеся способы. Способ распространился уже в 44 других странах. У нас он называется "психопрофилактической подготовкой беременных к родам", но... слишком часто выполняется кое-как, не пользуется доверием у женщин, и поэтому эффективность его намного ниже его возможностей.

На Западе акушеры приблизились к пониманию того, что рождение ребенка - не только медицинская проблема, а очень важная часть сексуальной и эмоциональной жизни супругов. В клинике доктора Лебойе (Париж) сами роды стали проводиться в

полном спокойствии и тишине, при полумраке и в атмосфере полной сосредоточенности на матери и ребенке (см.: Фредерик Лебойе, "Рождение без насилия"). Еще дальше пошел Мишель Оден из Пицевьерса (близ Парижа), назвавший свою книгу "Возрождение родов" (Пантеон Букс, Нью-Йорк, 1984). Он один из первых осознал истинную роль медицины в естественном акте родов и отодвинул вмешательство специалистов к тем границам, где оно может принести минимум вреда и сдвинуть отцов и матерей к принятию новой веры: рождение ребенка - великая радость и торжество жизни!

Это должно быть СОБЫТИЕМ не только для родителей, поэтому обществу необходимо выработать ритуал ВХОДА В ЖИЗНЬ - лучший, чем крещение в церкви или регистрация в загсе.

Первый час и первая неделя жизни

(Резервы здоровья матери и ребенка, малоизвестные в педиатрии)

В практике родовспоможения накопилось немало природо-несообразностей, которые ведут к нарушению естественных процессов, ослаблению матерей и младенцев и даже к ятрогенным (вызванным врачебным вмешательством) заболеваниям. Сопоставим их с условиями, которые соответствуют природе и могут обеспечить укрепление здоровья новым поколениям людей. Порядок, принятый в родильном доме, Порядок, близкий к естественному, и и его последствия его результаты.

1. Обезболивание родов Медикаментозное обезболивание производится даже "у здоровых рожениц при правильном течение родов". А оно, оказывается, гасит материнский инстинкт. В Канаде в виде эксперимента обезболили роды 15 оленихам - ни одна не стала

облизывать и кормить, все бросали своих оленят.

2. Стимуляция. По свидетельству многих матерей, стимуляцию проводят, ссылаясь на "переношенность", и при нормальном течении родов, неоправданно форсируя их и не объясняя матери, по какой причине она нужна. Слабость родовой деятельности может быть вызвана страхом, угнетенным состоянием матери из-за невнимательности или грубости

окружающих, холодности больничной обстановки.

3. ПОЛОЖЕНИЕ роженицы. Женщина рожает, лежа на спине

на высоком столе, который сконструирован больше для удобства акушеров, чем для пользы рожениц. Лучше придать роженице положение полусидя, чтобы потугам помогала сила тяжести, т. е. вес ребенка. Тогда роды проходят легче и быстрее. В ФРГ сконструирован специальный стул для родовспоможения.

4. ПЕРЕВЯЗКА ПУПОВИНЫ В настоящее время ее рекомендуется проводить после первого вдоха новорожденного, не ожидая прекращения пульсации. При этом ребенок не успевает взять из плаценты 100-150 мл. своей крови, что ослабляет его. Чтобы не ослабить новорожденного, нужно накладывать зажимы или перевязывать пуповину только после прекращения пульсации в ней (через 7 минут после рождения).

5. ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ ("кожа к коже") Ребенка после рождения уносят от матери, контакт полностью отсутствует все время пребывания матери в родильном доме. Она кормит ребенка только завернутым в пеленки. Это ослабляет материнское чувство у матери и задерживает формирование родительского инстинкта у младенца (это обнаруживается, когда он вырастает). В первые 30 минут после рождения положить ГОЛЕНЬКОГО малыша на обнаженную грудь матери и дать ему пососать из обеих грудей. Такой контакт "кожа к коже" в течение 15 минут в ПЕРВЫЙ ЧАС адекватен контакту в течение 15 часов в первые 3 дня: они дают одинаковый эффект - "помогают установлению психической связи между ними на всю жизнь" (рождается взаимная привязанность).

6. ПЕРВОЕ ПРИКЛАДЫВАНИЕ К ГРУДИ С целью дать матери отдохнуть после родов кормить ребенка первый раз дают через 12 часов, а чаще на вторые, третьи сутки и позже. Пропущен момент возбуждения пищевого рефлекса - он может превратиться в "ленивого сосуна", теряет в весе (потеря веса считается нормальной, а на самом деле она противоестественна). У матери сильно замедляются послеродовые процессы, в том числе и лактация. Может не возникнуть привязанности к ребенку. Первое прикладывание к груди должно состояться в первые 15-20 минут после перевязки пуповины. Оно необходимо для налаживания саморегулирующейся системы "мать - дитя". "Интенсивность сосательного центра у младенца наиболее резко выражена в пределах первого часа после рождения" (И. А. Аршавский). Раннее прикладывание к груди способствует своевременному возбуждению пищевого центра. Ребенок становится "активным сосуном". Это сигнал и материнскому организму: "Все в порядке". Все послеродовые процессы проходят интенсивно; наблюдается мгновенное впечатывание (импринтинг) материнской расположенности к ребенку: отказ от ребенка становится почти непереносимым.

7. Молозивный период вскармливания Продолжается первые 7-8 дней.

В роддоме ему не придается никакого значения. Молозиво считается "незрелым" молоком и нередко до матери кормят младенца донорским молоком или глюкозой, нарушая естественный ход кормления. Ребенок лишается ничем не заменимого промежуточного этапа кормления - постепенного перехода от внутриутробного питания к питанию так называемым зрелым молоком. У ребенка нарушаются обменные процессы (вероятность диатеза увеличивается до 80% вместо 7-10%), не устанавливается желудок, часто бывает желтуха. Сильно тормозится развитие общего иммунитета (неспецифического). "Молозивное молоко для своего периода также является зрелым" (И. А. Аршавский). Надо обеспечить для младенца молозивный период вскармливания: без опоздания, без перерывов, без коррекций (чужеродных добавок). "Молозиво и молозивное молоко... обеспечивает равновесие между агрессивной флорой окружающей среды и системами иммунитета новорожденного ребенка" ("Справочник по детской диететике", с. 27. М., Медицина, 1980). Молозиво гарантирует стойкий иммунитет у ребенка. Тогда у матери вовремя приходит молоко, почти исключены маститы. Подробнее о молозивном периоде и его значении см. главу "Молоко матери".

8. ОБРАБОТКА ГЛАЗ, ПРИВИВКИ Принятое сейчас немедленное введение раствора ляписа или сульфацил натрия в глаза ребенку часто вызывает конъюнктивит (гноятся уже глаза), особенно при введении ляписа (до 80%). В результате противотуберкулезной прививки (БЦЖ) по истечении инкубационного периода (2-3 недели) возможны диспепсические явления, а позже "прививочный туберкулез", требующий лечения (6%). Не закапывать ни раствор ляписа, ни сульфацил натрия, если для этого нет показаний. Не делать БЦЖ, если к этому нет показаний. Туберкулез у нас редкость.

9. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ЗРЕЛОСТИ. Чаще всего ограничиваются измерением роста и веса новорожденного. Это совершенно недостаточная информация о состоянии ребенка. Крупный "богатырь" чаще всего физиологически незрел, а младенец с малым весом может быть вполне зрелым. Перекутывание, неправильное вскармливание, тугое пеленание может усугубить физиологическую незрелость и даже вызвать ее после рождения Необходима экспресс-диагностика физиологической зрелости по шкале Апгар-Аршавского дважды: через 1 и 5 минут после рождения (сердцебиение, дыхание, окраска кожи, мышечный тонус, рефлексы). Зрелый ребенок 8-10

баллов. Физиологическая незрелость может быть компенсирована (чем раньше, тем успешнее) определенными условиями (прохладная температура и интенсивное движение). Эта компенсация не зависит от кормления новорожденного (И. А. Аршавский).

10. ОДЕЖДА. ПЕЛЕНАНИЕ Практикуется тугое пеленание, не позволяющее ребенку шевелиться в течение целого дня. Это способствует задержке физического и психического развития. ТЕРМОСТАТИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ, то есть завертывание ребенка в 5-6 одежек (две распашонки, подгузник, пеленка, клеенка и одеяло) при комнатной температуре от 18 до 23 С -и выше, ведет к расслаблению мышц и задержке развития. Ребенок постоянно в термокомфортной или даже жаркой температуре (32-34 С) и в атмосфере - повышенной влажности (парится). Свертываются за ненадобностью функции терморегулирования и появляются: потница, опрелости, затем простуды (ОРЗ), бронхиты, пневмонии, отиты - уже до года. Завертывать в пеленку надо только для сна, оставляя возможность двигать ножками или ручками во сне. В 1-2-й день полезно троекратное погружение в холодную воду (6-10 С). Запуск терморегуляторов организма в таком суровом режиме (с запасом) обеспечивает хорошую первоначальную закалку, которую следует продолжить и дальше: температура в комнате не выше 20 С; кормление и гуляние в комнате ГОЛЕНЬКИМ или в распашонке; подмывание холодной водой (с ладони из-под крана); после купания - обливание прохладной водой (+18+20 С). Посиневшие пяточки - признак хорошей адаптивной реакции. Для сна малыша можно завернуть в 1-2 пеленки и согреть ему ножки дыханием или ладонью. В результате на первом году жизни ребенок, как правило, НИЧЕМ НЕ БОЛЕЕТ.

11. СТЕРИЛЬНОСТЬ. В родильном доме она еще может быть оправдана, но в семье стерилизация сосок, бутылок, ложек, игрушек, кипячение и глажение пеленок и т. д. вызывает задержку в развитии иммунной системы вплоть до беззащитности даже перед непатогенными микробами. Надо поддерживать чистоту, но избегать стерильности. Помогать естественному укреплению неспецифического иммунитета в период "наивысших адаптивных возможностей ребенка" (И. А. Аршавский).

12. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ. Предлагается "смириться со стиркой пеленок": в СССР - до 6-8 месяцев, во Франции - до 1 года, в США, Венгрии - до 2-3 лет. Это огромное количество бессмысленной работы для матери и вредной для ребенка: у него вырабатывается навык ночного и дневного недержания мочи, плохо увеличивается мочевой пузырь, ребенок сопротивляется

обучению гигиеническим навыкам, позже может образоваться комплекс неполноценности, возникнуть неврозы; около 5 миллионов детей страдают от энуреза, некоторые - до взрослости, и врачи вынуждены их лечить медикаментозно. С первых дней, когда мать чувствует, что ребенку "надо", она придает ему удобную позу, издает звук "псс" и, если он все сделал, вознаграждает его чем-либо приятным (приласкает, покормит). Стирка пеленок может быть уменьшена в 10-15 раз. "Гигиенические навыки" вырабатываются быстро (в Индии, Африке обучение заканчивается в 4 месяца). Ребенок не нуждается ни в мазях, ни в присыпках, ни в ежедневных купаниях с мылом - его кожица и без этого остается чистой и сухой.

13. ВРОЖДЕННЫЕ РЕФЛЕКСЫ. Их у новорожденного насчитывают больше 20 (в том числе "хватательный", или рефлекс Робинзона, опорный, шаговый, ползания, плавания и др.), но все они (кроме сосательного) считаются атавистическими, совершенно не подкрепляются при уходе за малышом и быстро исчезают. Вместе с ними исчезает возможность успешного запуска многих способностей не только физических, но и умственных. Очень полезно включение с первых дней жизни хватательного, шагового рефлексов (перед кормлением), опорного (на 1-2 минуты после кормления, чтобы срыгивал проглоченный при сосании воздух), а также ползания, плавания (если позволяют условия) и др. Тренировка врожденных рефлексов дает сильнейший толчок развитию скелетно-мышечной системы, от которой зависит увеличение и развитие головного мозга и укрепление всех внутренних органов (дети, научившиеся плавать раньше, чем ходить, заметно опережают своих сверстников в физическом и интеллектуальном отношении).

14. ОБРАЩЕНИЕ С РЕБЕНКОМ

1) Если ребенок и мать находятся в разных палатах, мать лишена физической близости с младенцем и возможности ухода за ним, эмоционального общения и постоянного наблюдения, особенно нужного в первое время привыкания друг к другу. Как следствие, возможно ослабление материнской привязанности, а для младенца - задержка в эмоциональном и психическом развитии - начало госпитализма. Ребенок должен находиться вместе с матерью в одной палате. Мать сама ухаживает за ним, иногда пользуясь помощью медсестры. Только тогда мать сможет осуществить уход, который необходим младенцу для полноценного развития.

2) Укладывание младенца на ночь ОТДЕЛЬНО от матери ведет к тому, что. ребенок может спать неспокойно, часто просыпается, плачет, просит есть. Мать не высыпается.

Закладываются начала неврозов у ребенка. Ночью мать спит вместе с ребенком, сохраняя физический и эмоциональный контакт с ним, как это было во всей истории человечества и сохранилось у народов неиндустриальных культур и у всех млекопитающих. Мать высыпается. Сохраняются условия формирования здоровой нервной системы у ребенка.

3) До сих пор живучие советы не брать ребенка на руки, не петь колыбельных песен ведут к обеднению неконтактности, задержке в развитии. А если младенца не баюкали, не качали, то у него плохо развивается вестибулярный аппарат и во взрослости его может "укачивать" на. пароходе, в самолете. Раньше во флот брали только деревенских парней, которые в младенчестве прошли через "люльку" или "зыбку", то есть энергичное и продолжительное качание. Надо брать малыша на руки, не дожидаясь детского плача, ласкать его, разговаривать с ним, улыбаться и петь ему песни, баюкать на руках, покачивать в кроватке или коляске. Но при этом половину времени бодрствования предоставлять для его самостоятельной деятельности и эмоциональной сферы, наблюдений - исследований. Песни матери – это эмоциональный ввод ребенка в образный мир нравственных переживаний и представлений, с которыми ему предстоит жить.

4) Представление о крайней слабости, хрупкости, беспомощности новорожденного заставляет чрезмерно нежно, мягко обращаться с младенцем. В сочетании с тугим пеленанием и термостатом такой сверхщадящий уход ведет к расслаблению и задержке развития мышц, а значит, и всего организма в целом. Новорожденный не слаб, не хрупок, не беспомощен - он многое может, поэтому обращение с ним должно быть осторожным, но энергичным, тогда оно вызывает некоторое сопротивление малыша, напряжение всех его мышц, которые быстро крепнут. Новорожденный не слаб, не хрупок, не беспомощен - он многое может, поэтому обращение с ним должно быть осторожным, но энергичным, тогда оно вызывает некоторое сопротивление малыша, напряжение всех его мышц, которые быстро крепнут.

5) Очень часто от самого младенца не требуется никакого усилия: его перевертывают, держат, гладят, суют сосок прямо в рот, даже двигают за него ручками, ножками ("гимнастика"!). Здесь закладываются начала пассивности и потребительского отношения к жизни: "радуюсь готовенькому!" - центр удовольствия возбуждается от потребления. Очень важно как можно раньше давать младенцу возможность искать (например, сосок), дотягиваться до пальцев взрослых, испытать наслаждение, освобождаясь от пеленок, стоять, ходить, плавать, висеть - самому

напрячься. Так закладывается активное отношение к жизни: "желаемого добиваюсь сам и от этого испытываю радость" - центр удовольствия возбуждается от преодоления и достижения цели.

15. УЧАСТИЕ ОТЦА Призывов оберегать жену, помогать ей, заботиться и т. д., конечно, хватает. Но при этом медицина считает вполне допустимой половую жизнь после зачатия (сильнейший стресс, угнетающий доминанту беременности и вызывающий разные отклонения от нормы). Помощь жене при родах совершенно исключается так же, как и посещение матери и ребенка после родов. Отец остро ощущает свою беспомощность и непричастность к событию, которое происходит помимо него. Впоследствии он мало принимает участие в уходе за малышом, трудно привыкает к нему. У него может совсем не возникнуть отцовское чувство; если разводится, легко оставляет ребенка с матерью. Здоровье матери и ребенка во многом зависит от будущего отца. Существенные ограничения своих желаний, связанные с положением жены, должны восприниматься мужчиной с радостным чувством участия в рождении ребенка. Создание оптимальных условий для самочувствия будущей матери - главное доказательство любви и заботы близких, особенно мужа. Специальными исследованиями установлено, что, если мать дает отцу в руки ГОЛЕНЬКОГО ребенка на 5 минут в первый час после рождения, возникает сильное чувство отцовской привязанности к малышу и ответственности за его жизнь и благополучие. В некоторых странах (Франция) начинают допускать и даже поощрять помощь отца при родах. На многих женщин это действует весьма благотворно.

16. ГДЕ ЛУЧШЕ? У нас в стране роды проводятся обязательно в специальных родильных домах или отделениях. Акушеры не имеют права принимать роды на дому

без особых к тому показаний. Однако преимущества родильного дома едва ли не перечеркиваются их недостатками: холодная больничная обстановка, кругом чужие люди; мать в пассивной роли "больной", которой нужна помощь, тогда как в действительности она здорова и готовится к свершению ЧУДА - рождению новой жизни; роль отца

сведена к нулю. Применение стимуляторов, анестезии и др. препаратов превращает деторождение в медицинский случай и гасит материнский инстинкт. Позднее прикладывание к груди и отлучение друг от друга - катастрофа для матери и ребенка, влекущая за собой многие беды в дальнейшем. Наиболее естественно протекают роды в привычной или очень благоприятной обстановке: либо дома, в атмосфере радостного ожидания, под наблюдением доброй опытной акушерки, ведущей

и беременность (в Голландии уже возвращаются к этому способу родовспоможения), либо в условиях специальных пансионатов, где супруги вместе ожидают начала родов и муж помогает жене подготовиться к родам и благополучно перенести их(Франция, ФРГ). По народным приметам роды в дубраве дарят новорожденному крепкое здоровье на всю жизнь. Роды в воде завоевывают признание, но пока находятся в чисто стадии исследования, хотя их природосообразность уже не вызывает сомнения. Важно одно: все перечисленные случаи обеспечивают естественный ход родов и послеродового периода - главное условие здоровья матери и ребенка.

Молоко матери

Природа и наука голосуют за, а матери?

Мы посвящаем отдельную главу этой проблеме, потому что, на наш взгляд, она требует особой сосредоточенности и внимания.

Индустрия искусственного детского питания заполонила своей продукцией мир и продолжает бурно развиваться. Реклама гарантирует полноценную замену материнского молока удобными в приготовлении, абсолютно безвредными питательными смесями, которые не только обеспечивают высококачественное питание для младенцев всех возрастов, но и экономят матери время, способствуют сохранению ее фигуры, позволяют (наконец-то!) возложить бремя кормления на отцов и других родственников.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) призывает опомниться: "Природа ГОЛОСУЕТ ЗА ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ!" ("Здоровье мира", август -сентябрь, 1979). Ученые предупреждают: "Реклама вводит в заблуждение!", "Распространение раннего искусственного вскармливания... можно считать вариантом болезней цивилизации, имеющих отрицательное значение для детского здравоохранения" (Справочник по детской диететике, с. 29), "Всякая попытка вскармливания ребенка молоком другого биологического вида является, по существу, экологической катастрофой для этого

ребенка, и тем более значимой, чем меньше его возраст" (там же; с. 29). Но эти призывы и предупреждения спрятаны в специальные журналы и научные труды, которых матери не читают. Впрочем, судя по всему, не читают и специалисты. Иначе чем же объяснить, что даже десять лет спустя после того, как были опубликованы (в справочнике для педиатров!) эти грозные выводы, директор Института педиатрии М. Я. Студеникин в своем главном популярном труде, предназначенном молодым матерям ("Книга о здоровье детей", 1988 г. 1 500 000 - тираж) спокойно сообщает: "Если у матери вообще мало молока, то ребенку дают прикорм" (с. 74), а дальше на пяти страницах - о смешанном и искусственном вскармливании. Вот что читают матери! То же и у других авторов: "Нет лучшего питания для ребенка, чем материнское молоко". Но! Буквально через страницу рекомендуют в случае, если натурального питания не хватает, то его "можно дополнить прикармливанием грудного ребенка искусственным питанием из современных молочных смесей" (1986, Трча С., Мы ждем ребенка. Прага, с. 102-104; 1979 г., Л. Пэрну, "Я воспитываю ребенка", Париж, с. 98: "Если.. ему не хватает материнского молока, необходимо покормить малыша еще молоком из бутылочки"; 1979 г., "Дошкольник", Педагогика, с. 103: "В тех случаях, когда у матери молока нет и... он находится на искусственном питании, кормление через соску наиболее удобно - месяцев до шести"; 1984 г., И. Н. Усов, Здоровый ребенок, Минск, Беларусь, с. 117: Если молока мало, "необходимо своевременно назначить ребенку докорм". Все то же самое, что и 20 лет назад: 1968 г., "Молодым родителям", сборник сотрудников Института педиатрии АМН, М., Медицина, с. 63: "При соблюдении правильного режима кормления, своевременном введении различных продуктов питания и их достаточном объеме можно добиться хорошего развития ребенка и при искусственном вскармливании")..

Ну, и как тут матерям устоять? Думают: "Ничего страшного - вырастают же: вон какие на коробках нарисованы пухленькие да здоровенькие". Пухленькие - да! здоровенькие? - Нет! Повторим: "РЕКЛАМА ВВОДИТ В ЗАБЛУЖДЕНИЕ!" - и добавим несколько выводов ученых о том, что ожидает ребенка, лишенного материнского молока (для убедительности - цитируем, подчеркнуто везде нами):

1. Задержка умственного развития. "Раннее включение в питание продуктов коровьего молока... может приводить к созданию в крови ребенка такого уровня аминокислот, который в эксперименте является токсичным для мозговой ткани и вызывает задержку ее развития" (Справочник, с. 24).

2. Задержка физического развития. "Темпы миелинизации нервных волокон, развитие функций анализаторов и даже двигательных навыков у детей на искусственном вскармливании могут быть более поздними" (с. 25).

3. Извращение эмоционального развития. "У экспериментальных животных вскармливание из бутылочки резко извращает родительское поведение, когда они сами становятся взрослыми" (с. 29).

4. Ожирение. "Тучность, возникающая в подростковом возрасте и даже у взрослого человека, имеет корни, уходящие в период раннего детства... особенно первые недели жизни ребенка..." (с. 24).

5. Болезненность. "...ребенок, находящийся на естественном вскармливании, редко и легче болеет". "Преимущества естественного вскармливания в плане противоинфекционной защиты могут быть сведены на нет даже умеренным включением в диету ребенка молочных смесей из коровьего молока" (с. 27).

6. Аллергия (в том числе диатезы). "...росту аллергических заболеваний способствует раннее введение в питание детей чужеродного белка и различных корригирующих продуктов. Аллергенами становятся разнообразные фруктовые соки, продукты прикорма и т. д." (с. 28). А дальше возможны "неустойчивый стул, экземы, аллергические риниты и катары верхних дыхательных путей, рецидивирующие средние отиты, астматические бронхиты и т. д." (с. 28).

7. Акселерация (ускорение роста и веса). "...при искусственном вскармливании детей смесями коровьего молока можно видеть... увеличение массы мышечной ткани и большую степень зрелости этой ткани..." (с. 29), что в конечном счете грозит ранним старением и сокращением продолжительности жизни. Достаточно ли примеров? А ведь это еще не все. Неужели такого "здоровенького" вам нужно?

Давно известно, что с грудным кормлением связано здоровье и самой матери, "необходимое физиологическое созревание женского организма, его расцвет". "...Нормальная лактация и вскармливание хотя бы одного ребенка самым существенным образом снижают риск последующего возникновения рака молочных желез - одного из самых распространенных женских онкологических заболеваний".

И наконец, "в плане психологическом показано, что у матери, вскормившей грудью ребенка, степень внимания, ласки и заботы к ребенку и в последующем остается более высокой, чем при вскармливании из рожка. Невротические реакции у таких женщин наблюдаются реже. Соответственно и отношения с другими

членами семьи складываются более дружные и прочные" (с. 29).

Можно было бы обойтись и без цитат, но они доказывают, что естественные процессы следует тщательно изучать, чтобы поступать "в тон и такт природе", а не вопреки ей. Либо ей надо просто подчиниться. Мы говорим: "впитать с молоком матери", то есть как бы заложить в человеке с младенчества многое из того, что определит его судьбу. Оказывается, это старое изречение имеет глубокую физиологическую подоплеку - лишнее доказательство того, что опытом и интуицией народа негоже пренебрегать никому - ни матери, ни врачу, ни научному деятелю, ни самой Науке.

Первое прикладывание к груди

Чтобы понять крайнюю необходимость раннего (в первые 15-20 минут!) прикладывания к груди, совершим сначала небольшой экскурс в физиологию (по книге И. А. Аршавского "Очерки по возрастной физиологии", 1969, с. 246-263). Мы постараемся избежать сложной научной терминологии и воспроизвести лишь суть некоторых процессов, которые совершаются в организме матери и младенца сразу после рождения ребенка.

Первые 5-7 минут ребенок соединен с детским местом пуповиной и перекачивает себе 100-150 мл крови, а с нею и питательные вещества из организма матери. Вот почему необходимо дождаться прекращения пульсации пуповинки и только потом ее перевязывать. Но вот пуповина перевязана - поступление питательных веществ прекращено - тут же резко повышается возбудимость пищевого центра, и сразу же после рождения младенец начинает осуществлять интенсивные сосательные движения. Оказывается, он "учился" этому месяцев шесть до рождения (с. 89), и если он родился физиологически зрелым, он ГОТОВ сосать сразу после первого своего вдоха и крика и способен высосать 30-40 мл молозива. Но (внимание!), "...интенсивность сосательного рефлекса наиболее резко выражена в пределах первого часа после рождения. Начиная со 2-го часа после рождения и особенно в последующие часы, несмотря на прогрессирующее обеднение крови питательными веществами... возбуждение пищевого центра все более и более угасает". Стабильность и длительность сосательных движении тоже снижаются, они становятся беспорядочнее и реже. И

результат: "В связи с наступающим торможением пищевого центра новорожденные часто либо совсем не берут грудь, либо высасывают из нее молоко в недостаточном количестве. У матери развивается состояние гипогалактии" (нехватки молока). Ребенок перестает требовать кормления, короче, спит часов 1216 подряд. Его можно теребить за щечки, подбородок, губки - не просыпается! И все довольны: мать и дитя отдыхают. А произошло нечто противоестественное: ребенок не получил первых и самых ценных капель молозива (а его состав меняется с каждым часом!), а материнский организм не воспринял сигнала о том; что все окончилось благополучно, что ребенок жив и ему нужно питание. А раз не нужно - резко замедляются процессы молокообразования у матери, а младенец приобретает свойства ленивого сосуна. К тому же у него происходит сильная задержка (на 7-8 дней и больше!) способности к образованию условных рефлексов, которые в нормальных условиях раннего прикладывания к груди могут образовываться уже в первый день жизни. Главная же беда - упущены первые порции молозивного молока - ценнейшего продукта, приготовленного природой для постепенного перехода от внутриутробного питания к питанию зрелым молоком. Вот какова цена первому материнскому "отдыху" после родов, о котором все так пекутся в родильном доме.

Это чудо природы – молозиво

Мы пересмотрели уйму и отечественных, и зарубежных популярных книг для начинающих матерей и не нашли даже упоминания о молозиве в большинстве из них, в том числе в роскошном "Дошкольнике" (Педагогика, 1979) и во всех изданиях уже упомянутой книги профессора Студеникина ("Книга о здоровье детей"). Самая подробная информация обнаружилась у француженки Л. Пэрну ("Я воспитываю ребенка", Прогресс, 1979): молозиво "помогает избавиться от мекония", т. е. первородного кала. И все!

Возьмем "Справочник по детской диететике" (с. 40). Вот только сухие цифры: "В молозиве больше белка, в 2-10 раз больше витамина А и каротина, в 2-3 раза больше аскорбиновой кислоты, больше содержится витаминов В12 и Е, в 1,5 раза больше солей, чем в зрелом молоке... Особенно много в молозиве иммуноглобулина А..." Молозиво содержит, "кроме белков, жиров

и углеводов, минеральные элементы, ферменты, гормоны, витамины и антитела"; первоначально в нем "отмечается максимальный уровень стафилококкового антитоксина", а "к 8-му - 10-му дню лактации его уровень снижается". В нем "в небольшом объеме много питательных веществ высокой калорийности". Поэтому "МОЛОЗИВО ЯВЛЯЕТСЯ НАИБОЛЕЕ ПОДХОДЯЩЕЙ ПИЩЕЙ ДЛЯ РЕБЕНКА ПЕРВЫХ ДНЕЙ ЖИЗНИ".

Обратимся вновь к книге И. А. Аршавского. Его работа не ограничивается этим общим выводом, а подробно прослеживает, как изменяется состав молозива в первые дни, каково его воздействие на младенческий и материнский организм, какое важное значение имеет МОЛОЗИВНЫЙ ПЕРИОД вскармливания, продолжающийся всего 7-8 дней. Состав молозива в первые дни быстро изменяется, но оно только у родной матери непрерывно соответствует потребностям организма новорожденного, и в системе "мать - дитя" тогда идет взаимное приспособление (саморегулирование системы), необходимое для нормального вскармливания в дальнейшем.

По данным лаборатории профессора И. А. Аршавского, сам акт сосания удивительно благотворно действует на мать, и тогда:

а) у роженицы ускоряются послеродовые процессы (сокращается матка, останавливается кровотечение), резко улучшается самочувствие;

б) нормализуется процесс молокообразования, молоко приходит вовремя, ребенку хватает молока, стимулируется не завершенное во время беременности созревание молочной железы;

в) у матери резко снижается вероятность заболевания маститом (воспаление грудных желез, довольно частое сейчас), так как ребенок смазывает сосок молозивом, содержащим повышенное количество иммунобиологических компонентов (лизоцим, иммуноглобулины);

г) у ребенка хорошо начинает работать кишечник, так как в молозиве содержатся ацидофильные палочки, необходимые для переваривания молока и вещества, способствующие удалению мекония;

д) ребенок может не болеть инфекционными болезнями (пока мать его кормит грудью), так как в молоке, и особенно в молозиве, содержатся вещества, резко повышающие иммунные силы организма;

е) у новорожденного сильно снижается вероятность появления диатеза, так как обменные процессы не нарушены;

ж) не возникает ни "физиологической потери веса", ни "желтухи новорожденного", которые считаются нормой, а на

самом деле спровоцированы поздним прикладыванием к груди.

По наблюдениям биологов, почти у всех млекопитающих детеныши начинают сосать мать через 15-20 минут после рождения. Иначе они болеют и гибнут. Поэтому в ветеринарии выдаивание молозива не позже часа после отела и выпойка его телятам требуется ЗАКОНОМ ("Ветеринарное законодательство", т. 2".

Телята этого закона уже добились, а когда закон защитит наших детей? Для справки: "Во многих зарубежных странах принято осуществлять первое прикладывание еще в родильной комнате, буквально через 15-20 минут после рождения ребенка" (Справочник по детской диететике, 1980, с. 71).

Почему пропадает молоко?

Итак, позднее прикладывание к груди - первый шаг к тому, чтобы пропало молоко. Первый, но не единственный.

Вот следующие: каждое кормление только одной грудью и обязательное сцеживание; соблюдение строгого режима и ночного перерыва в кормлении - то самое, что неукоснительно требуется всеми рекомендациями Минздрава. А все перечисленное - особенно в первые недели после родов, когда идет приноравливание матери к младенцу - нефизиологично, то есть противоестественно. Недаром во многих странах переходят на гибкий режим, разрешается кормить малыша и ночью, и даже строгое требование прикладывать "только к одной груди" заменяется на рекомендацию: "В течение первых двух недель, пока образование молока полностью не установилось, надо кормить из обеих грудей" (Л. Пэрну, 1979). Хорошее самочувствие матери, ее страстное желание кормить своего ребенка и уверенность в себе - важнейшие условия благополучного и полноценного кормления. Известны случаи, когда даже бабушки вскармливали своих внучат (у индейцев-ирокезов и других народов). Лоранс Пэрну пишет: "Запомните, что кормить малыша надо в расслабленном состоянии, чувствуя себя счастливой. Он почувствует это (да, да!) и будет очень счастлив". И еще: усталость и тяжелое настроение не способствуют образованию молока - это давно известно в народе; недаром говорят, что от тяжкой работы и черного горя у матери молоко может "перегореть", то есть пропасть в одночасье.

А теперь коротко о главном

Сравните два способа кормления ребенка и их результаты и выберите себе подходящий. Требуемый официальными рекомендациями и близкий к естественному.

1. Строгий РЕЖИМ дня. Кормление по часам. Отключается работа естественных регуляторов организма - чувств: голода, сытости, сна, бодрствования и др. Дает начало формированию пассивной жизненной позиции. Трудно матери и не соответствует естественным потребностям ребенка. [ИЛИ] ГИБКИЙ ЕСТЕСТВЕННЫЙ режим (кормление "по требованию"), устанавливаемый условиями жизни и ребенка и изменяемый соответственно возрасту. Одно из важнейших условий формирования здоровой нервной системы.

2. Ночной перерыв в кормлении с 24 часов и до 6 часов утра ведет к тому, что ребенок может спать неспокойно, часто просыпаться, просить есть. Мать не высыпается. [ИЛИ] Если ребенок просыпается ночью, его надо подержать над горшочком и покормить, как это делают народы неиндустриальных культур. Почти все млекопитающие кормят детенышей и ночью.

3. Раннее применение бутылки с соской (рожка) для кормления. Последствия: получение "ленивого сосуна", толчок к искусственному вскармливанию, так как из груди сосать гораздо труднее, чем из бутылки. [ИЛИ] "Зрелые новорожденные должны обязательно получать грудь не 6, а 8 раз в сутки" (И. А. Аршавский). В первые 10-15 дней в рот ребенку давать ТОЛЬКО материнский сосок(грудь), а водой поить с ложечки. Не давать перед самым кормлением даже воду, так как наполнение желудка - сигнал к торможению пищевого центра, и ребенок отказывается сосать.

4. Поспешное диагностирование гипогалактии (нехватки молока) и РАННИЕ ДОКОРМЫ донорским молоком или смесями ("Малютка", "Малыш" и т. п.). При этом отсутствует время, необходимое для саморегулирования системы "мать - дитя". Стимулируется переход к искусственном у вскармливанию. Грозит ОЖИРЕНИЕМ и акселерацией, так как коровье молоко предназначено для телят, набирающих вес в 5 раз быстрее ребенка. Угнетают человеческую бифидус-флору в кишечнике ребенка, вызывают поносы и РЕЗКО СНИЖАЮТ СОПРОТИВЛЯЕМОСТЬ БОЛЕЗНЯМ. Вызывают задержку развития мозговой ткани.

[ИЛИ] В первые 10-15 дней НИКАКИХ ДОКОРМОВ, давать только воду с ложечки. Все должны знать, что ЛЮБАЯ ЖЕНЩИНА

МОЖЕТ ВЫКОРМИТЬ ребенка, а тем более родная мать. У индейцев-ирокезов в случае смерти кормящей матери ребенка спасает бабушка, так как через 2-3 дня непрерывного сосания у нее приходит молоко, и ребенку вполне хватает. Докормы в первые месяцы позволительны только женским молоком. Смеси не опасны после прорезывания первого зуба (после 8 месяцев).

5. СМЕШАННОЕ вскармливание, когда 30% грудного молока в рационе считается достаточным для нормального питания ребенка. Результат - болезненность ребенка, так как СМЕШАННОЕ = ИСКУССТВЕННОМУ = экологической КАТАСТРОФЕ, тем более значимой, чем меньше возраст. "Искусственники" склонны к аллергиям в 10 раз чаще "естественников". Возможен рахит. Значительно чаще болеют респираторно-вирусными инфекциями и кишечными расстройствами. По мнению профессора Аршавского, искусственное и смешанное вскармливание обуславливает раннюю импотенцию, прогрессивный рост которой отмечается во всем цивилизованном мире. У детей, которых кормили из бутылки, неровные зубы встречаются на 40% чаще, чем у тех, которых до года кормили грудью. [ИЛИ] Естественное вскармливание (грудным молоком и водой) до прорезывания первого зуба (до 5-8 месяцев). "Грудное вскармливание способствует не только правильному питанию ребенка и его иммунологической защите, но и психическому благополучию... что так важно для его физического и эмоционального развития как в детстве, так и в последующие годы жизни" (М. Карбалло).

6. Ранние, необоснованные "КОРРЕКЦИИ" питания (с 1-1,5-месячного возраста дают соки; фруктовое пюре, яичный желток, рыбий жир, витамин Д и т. д.) часто ведут к диспепсическим явлениям: пучит животик, расстройство кишечника, ребенок часто плачет,

возможно появление признаков гастрита. [ИЛИ] Не прибегать к "коррекциям", так как желудок еще не готов к ним. Рыбий жир более вреден, чем полезен. Избыток витамина Д опаснее, чем его недостаток. Докормы начинать с сигнала природы - прорезывания первого зуба: сухарик, корочка хлеба, яблоко, морковь, чтобы "точил зубки" и учился жевать.

7. Советы матерям, основанные на медицинских предрассудках:

Чего делать не надо

- Предложение отдохнуть, так как после родов молока ребенку для начала вполне достаточно.

- Кормить только сидя. Многим неудобно, быстро устает спина.

- Первые капли молока сцеживают и выливают. (Это

противоестественно и совершенно лишне.)

- При каждом кормлении прикладывать только к одной груди. Может не хватать молока.

- Будить для кормления, если просыпает больше чем на 10-20 минут. Но тогда отключается работа естественного регулятора сна в организме.

- Обязательно сцеживать оставшееся молоко. Это замедляет саморегулирование в системе "Мать - дитя", создает дополнительные и вредные заботы, так как учащаются маститы.

- При слабом сосании докармливать сцеженным молоком с ложечки. Это растит "ленивого сосуна".

- Смазывать соски бриллиантовой зеленью и протирать раствором борной кислоты. Ребенок может не брать сосок, борная кислота вредна для ребенка.

- Требование ДОКАРМЛИВАТЬ, если"не добирают в весе" или вводить лекарственные средства. Так стимулируется ожирение, так как "нормы" веса противоестественно выросли, а оптимальные нормы забыты.

Что делать следует

- Надо помнить: молозиво есть продукт величайшей ценности, и его "в первые часы нет". Эта "забота" затрудняет и усложняет кормление в дальнейшем.

- И сидя, и лежа, как удобнее, главное - расслабляясь.

- Можно кормить одной грудью, если ребенку достаточно, и из двух, если мало. Надо прислушиваться к себе и к ребенку.

- Не следует нарушать сон ребенка ради режима. Выспавшийся ребенок спокоен, играет, хорошо ест.

- Сцеживать, если нужно другому ребенку, и не надо, если сосет только один.

- Не докармливать, чтобы в следующее кормление сосал лучше.

- Избегать подобных противоестественных мер.

- Годовалый ребенок до акселерации весил в среднем 9.0 ± 1.1 кг. Не раскармливать свыше 10,1 кг, чтобы не привести к ожирению.

ИТАК, МАМА, ЧТО ВЫБЕРЕШЬ ТЫ?

Наш малыш в первый год

(конспект для тех, кто любит краткое изложение)

Сначала мы сомневались, нарушая многие традиции воспитания и спрашивали: "Правы ли мы?" А теперь, когда все семеро наших детей выросли и работают, а четверо старших обзавелись семьями и растят девять внучат, мы оглядываемся на прошлое и говорим: мы выбрали верный путь, можно было действовать еще смелее и идти еще дальше!

Мы одолели простуды, и этого оказалось достаточно, чтобы у ребят было крепкое здоровье: четверо из них в детстве даже не пробовали лекарств. Мы дали дошколятам в игрушки спортивные снаряды, и они оказались действенным средством для приобретения легкой, стройной, спортивной фигуры, большой силы, отличного сердца и послужили доброму делу предупреждения детского травматизма. Раннее чтение (с 3-4 лет) и комплекс новых развивающих игр помогли развить творческие способности детей, а домашняя мастерская сделала умелыми их руки.

Но все это стало возможным, потому что были "первый час", "первый день", "первый год". Мы теперь глубоко убеждены, что именно первый год является годом "запуска" здоровья, силы и способностей ребенка. Возможности развития у новорожденного просто сказочны, и мы поражаемся, почему наука и практика воспитания так мало до сих пор о них знают и еще меньше используют. И не какие-то мифические "природные задатки", а именно МАТЬ и ОТЕЦ, бабушка и дедушка, тот, кто занялся развитием малыша, больше всего бывает "виноват" в том, здоровым или болезненным, сильным или слабым, способным или бездарным пойдут в школу сын или дочь. Вот, с чего мы начинаем, что делаем и что думаем о ПЕРВОМ ГОДЕ:

1. В родильном доме надо просить врача дать ребенка для первого кормления не позже часа после рождения. Это чрезвычайно важно для сохранения здоровья и младенца, и матери. У нас шестеро детей страдали от диатеза, так как их поздно давали матери для кормления (через 12-24 и даже 72 часа после рождения), а у седьмой, Любы, не было никаких признаков диатеза, так как по совету профессора Аршавского ее приложили к груди через 2 часа после рождения (еще лучше, если через 15-30 минут).

2. Мы не соблюдаем строгого режима кормления. В первые месяцы перерыв между кормлением обычно короче требуемых 3 часов, но может быть и больше трех. Кормит мама полулежа на диване, а малыш лежит голенький рядом с нею и свободно двигает ножками и ручками. После кормления обязательно держим 1-2 минуты вертикально, чтобы он срыгнул проглоченный воздух и учился держать головку. Мать кормит

грудью до 12-14 месяцев.

Прикорм (после 6 месяцев) - ничего специально для младенца не готовим. Все, что ему "по зубам", попадает с общего стола: ложка киселя, каши, бульона, кефира и т. п. Никаких норм питания не устанавливаем. Дети едят сколько хотят, но едят вместе со всеми.

3. Малыш у нас, пока не спит и во время кормления, лежит голенький или в одной распашонке (при комнатной температуре от +18 до +20 С). Приучаем его к этому 1-2 дня после прихода из роддома, а следовало бы со дня рождения. В первый же день мы развернем его и положим голеньким, пусть шевелит ручками и ножками. Если он начал икать, то его через несколько минут завернем в тонкую пеленку, а через часок при кормлении снова раскрываем. Только для сна в комнате мама заворачивает его в тонкую пеленку, а для сна на воздухе - в зависимости от погоды (например, теплое шерстяное одеяло при температуре ниже -5 С), и перед сном согревает своей рукой стопы малыша, если они прохладные, и заворачивает ножки в теплую пеленку.

Если малыш в комнате бывает голеньким, то:

а) тонус мышц повышен (мышцы напряжены), и они развиваются;

б) ему прохладно, прохлада бодрит, делает движения приятными;

в) без одежды и пеленок двигаться легко, они не стесняют движения;

г) в этом возрасте чем быстрее совершенствуются движения, тем успешнее развивается интеллект;

д) терморегуляторы организма включаются в работу; так как во сне температура окружающей среды 32-34 С (комфортная), а если проснулся, то температура воздуха в комнате +18 - +20 С. Перепад температур 10 - 15 гр. каждый день и по нескольку раз. По нашим наблюдениям, малыши, которых держат в комнате голенькими, почти не подвержены простудным заболеваниям.

4. Оказалось, что кожа малыша в таких условиях не нуждается в частых подмываниях и купаниях и без всяких смазываний и присыпок остается чистой и здоровой. Опрелости, сыпь и покраснения, полученные им в родильном доме, исчезают в несколько дней и больше не появляются. С мылом мы купаем младенца раз в неделю, под душем в самодельной бане, где температура бывает от +35 до +55 С. Подмываем холодной водой (не под струей, а с ладони).

5. "Гигиеническим навыкам" учим со дня рождения. После сна, после кормления, после питья воды и когда малыш "дает знать" - мама держит его над тазиком, положив его на свои

колени (на бедра) и поддерживая руками под коленками. Тогда малыш не любит быть мокрым, и уже в 1,5-2 месяца можно обходиться почти без стирки пеленок (мама стирала в 1015 раз меньше обычного). Мы, таким образом, не выполняем совет врачей "смириться на 8 месяцев со стиркой пеленок", не учим ребенка все время "ходить под себя" (ночное недержание мочи и неврозы, связанные с ним, видимо, одно из последствий такого обучения). Мы удивляемся, читая, что "...навык опрятности у них крайне нестоек, что только на втором году постепенно развивается способность контролировать функцию мочевого пузыря и кишечника" (М. Я. Студеникин, "Книга о здоровье детей". М., Медицина, 1.973, с. 110). У нас малыши рано просятся, а также и сами садятся на горшок.

6. Когда малыш начинает ползать и ходить, он, как правило, одет в одни трусики. Это, видимо, лучшее из всех средств закаливания. Босые ножки быстро и точно реагируют на изменение температуры окружающей среды, а синие пяточки говорят, что термоадаптивные реакции протекают нормально. Старшие дети заметили: "Когда ходишь босиком, ногам холодно не бывает. Только когда сядешь у телевизора в мягкое кресло и подожмешь ноги под себя, тогда почувствуешь, что они холодные". Мы поэтому разрешаем всю зиму выскакивать малышам босиком на снег, чтобы расширять диапазон температур, в котором работают терморегуляторы организма.

7. Летом выносим малыша голенького на солнышко и "поджариваем" его со всех сторон сначала на 10-15 минут, а с 3-4-х месяцев - уже до часа и более. С годовалыми малышами были летом в Феодосии, Евпатории, Одессе. Никогда не надевали панамок и не знали солнечных ожогов и "ударов". Волосы хорошо защищают от солнца, а солнечные ванны - лучшая профилактика рахита.

8. Избегаем специальной стерильности, чтобы у ребенка вырабатывались иммунные (защитные) "механизмы" для жизни в обычной нашей микрофлоре. Даем сырую воду, некипяченое молоко, позволяем пробовать "на зуб" вещи и игрушки и т. п. Исследователи космоса пробовали выращивать животных в стерильных условиях (гиотобионтов), но не все животные могут в них вырастать. А те, кого удалось вырастить до взрослости (крысы), погибали через 3-36 часов после того, как их выпускали на волю из стерильной клетки, так как их иммунные силы не смогли развиться в стерильной обстановке. Всем нашим детям незнакомы желудочно-кишечные заболевания.

9. Специальных занятий гимнастикой у нас нет. Просто мы иначе, чем принято, обращаемся с малышом. Каждый раз, как

берем его на руки, просовываем ему в сжатые кулачки по пальцу и начинаем тянуть к себе, чтобы он сел (на несколько секунд конечно), а потом и встал. Уже на первом месяце жизни держим малыша и вертикально. Держа его на руках, прислоняем к груди, а свободной рукой снизу подпираем пяточки, пока он не напряжет ножки и не будет стоять, т. е. держать свой вес на ножках, прислонясь к груди матери или отца (тоже сначала на несколько секунд, но каждый раз, как берем его на руки).

Обязательно на некоторое время (сначала на минуту-две) кладем малыша на животик, чтобы он учился поднимать головку и рассматривать не только потолок. Обычно это делала мама, когда брала малыша кормить, поить или держать над тазиком, или кто-то подходил к нему из старших, чтобы поговорить с ним, дать ему ухватиться за пальцы или поиграть с ним. Вообще обращаемся с малышом гораздо смелее, чем принято. Кладем животиком на ладонь и перекладываем с места на место, берем за две ножки и поднимаем вниз головой и т. д. Он при этом напрягается, помогает в том, что делают старшие, и быстро крепнет. На втором-третьем месяце жизни отец брал малыша из кроватки или коляски, давая ему два пальца одной руки - указательный и мизинец, а второй рукой подстраховывал его под ягодицы. Малыш сам так крепко хватался за пальцы, что его можно было вынимать или класть обратно. Пальцы взрослого хорошо чувствуют, крепко ли он держится. Для малыша это каждый раз гимнастическое упражнение. А становясь старше, он начинал еще и подпрыгивать, облегчая и делая удивительно приятной, легкой и даже красивой эту "гимнастику". За день таких упражнений приходится делать несколько десятков.

10. Можно еще брать малыша под мышки, ставить его ножками на стол и "ходить" с ним по столу сначала по 20-3О секунд, а на втором месяце по минуте и больше, несколько раз в день. В опыте, который делали американцы с таким обучением хождению со дня рождения (перед каждым кормлением), малыши пошли самостоятельно в 6-7 месяцев вместо обычных 12, и главное - были намного развитее умственно по сравнению со своими "нормальными" сверстниками.

11. С трех примерно месяцев в коляске и в кроватке устанавливаем перекладинку, до которой он дотягивается руками и которую может схватить, чтобы сначала садиться, держась за нее, а потом и вставать. Это палочка диаметром 12-15 мм поперек кроватки на досягаемой для малыша высоте (15-25 см), а еще удобнее лесенка "Встанька" (В. С. Скрипалев, журнал "Физкультура и спорт", No. 7, 1977; или его же книга "Стадион в квартире", ФиС, 1981, с. 45).

12. Как только малыш НАЧИНАЕТ ПОЛЗАТЬ (с 5-6 месяцев), пускаем его на пол, чтобы для движений было больше простора, а для "исследований" больше предметов. Если он уже может вставать на ножки, то опускаем пониже гимнастические кольца (18 см от пола) и устанавливаем турничок так, чтобы он мог ухватиться сам, подвешиваем боксерскую грушу на канате, ставим раскладушку, вокруг которой малыш может ходить, держась за нее. Еще лучше установить спорткомплекс В. С. Скрипалева, который занимает мало места (около 3 кв. м), но имеет одиннадцать спортивных снарядов (см. журнал "Физкультура и спорт", No. 5-12, 1977, 1-4, 1978; или книги "Стадион в квартире" и "Наш семейный стадион", ФиС, 1986).

13. Примерно половину дня предоставляем малышу для САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ПОЗНАНИЯ МИРА. Когда он начинает ходить, мы не предохраняем его от падений, и малыш быстро учится ловко "приземляться": падая вперед, он опирается на руки, а падая назад - садится. Навыки безопасного падения, приобретенные в детстве, сохраняются на всю жизнь и служат надежной защитой от травм.

14. Не прячем от ребенка спички, иголки, ножницы и другие опасные вещи, а сами ЗНАКОМИМ МАЛЫША С ОПАСНОСТЬЮ, когда он впервые сталкивается с нею. Делаем это так: предупредив ребенка, что может быть "больно!", "горячо!", ПОЗВОЛЯЕМ дотронуться до горячего чайника, утюга, плитки, то есть получить "урок". Двух-трех таких "уроков" обычно оказывается достаточно, чтобы ребенок на всю жизнь становился осторожным в обращении с ними и питал доверие к нашим предупреждениям.

15. При встрече с БОЛЬШОЙ ОПАСНОСТЬЮ, где применение "малых доз" невозможно (поезд, автомашина, открытое окно в квартире на пятом этаже и т. п.), мы не пускаемся в рассуждения и объяснения, а в первый раз переживаем испуг, проявляем опасение и осторожность гораздо большую, чем обычно, чтобы ребенок видел образец поведения в данной ситуации. Например, выходя впервые с малышом на улицу, подчеркнуто бросаемся в сторону от автомашины подальше, чтобы он опасался уличного транспорта, внимательно смотрим налево и направо, остановившись перед проезжей частью улицы. Когда ребенок подрастет настолько, что может "вести маму" в магазин или в булочную (с 2-3-х лет), мы поручаем ему "проводить маму в магазин", "перевести через улицу", то есть "перекладываем заботу" о безопасности на ребенка.

16. Запрещая что-то ребенку, строго говорим ему "НЕЛЬЗЯ", но тут же говорим ему, что "МОЖНО", например: "Рвать книги

НЕЛЬЗЯ, а старую газету МОЖНО", "Стучать молотком по телевизору НЕЛЬЗЯ, а по дощечке МОЖНО" и т. д. Запретов должно быть немного, но четких, их надо соблюдать всем.

17. Когда впервые даем карандаш или ложку в руки, то сразу даем ВЕРНО, как НАДО держать - так малыш и берется (первые дни следим за этим). Это стараемся делать во всех подобных случаях с самых первых попыток, так как переучивать значительно труднее. Вообще стараемся не учить тому, от чего потом придется отучивать.

18. Мама спит с малышом рядом примерно до года. Ночью, когда он проснется, она держит его над тазиком (чтобы сделал "пи-пи") и затем кормит грудью. Малыш рядом с матерью спит спокойно остаток ночи, и мать обычно высыпается. Только с первым ребенком мама мучилась до 5 месяцев, добиваясь "ночного перерыва в кормлении". Мы считаем ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ младенца с матерью очень важным для его развития и укрепления его нервной системы. Недостаток его ведет к обеднению эмоциональной сферы, к ее ущербности и формированию "неконтактности" в старшем возрасте, преодолеть которую впоследствии очень трудно.

Чтобы избежать депривации - эмоционального голодания, - стараемся, чтобы ребенок постоянно видел мать или отца или слышал их - он тогда может спокойно играть сам, и подолгу. При этом по мере возможности наблюдаем за ним и не скрываем своего интереса к его деятельности. Не боимся брать малыша часто НА РУКИ. Перед сном мама нередко поет ему песенку и старается, чтобы он подпевал (развивается слух и голос). Берут его на руки и старшие дети, братья и сестры, говорят с ним, показывают и называют предметы или спрашивают его: "Что это?", "Где лампа?" и т. п. Маленькие няньки развивают малыша, пожалуй, лучше, чем мы, взрослые, так как быстрее находят с ним общий язык в играх и делах. Поэтому, наверное, матери и отцу легче с двумя-тремя ребятишками в семье, чем с одним.

19. Стараемся больше хвалить, искренне РАДУЕМСЯ УСПЕХАМ малыша, каждому его достижению, ведем записи о них в дневниках, составляем графики измерений физического и умственного развития каждого из детей. Это помогает накапливать опыт, побуждает к анализу и размышлению.

20. Мы заметили, что малыш уже с 10-11 месяцев может испытывать СОСТРАДАНИЕ, сочувствие, проявляет желание помочь старшим, участвовать в их делах, подражая им. Мы стараемся поддерживать это стремление ребенка, не отталкиваем его от себя, а вместе с ним делаем многое, вместе огорчаемся, вместе радуемся. Возбуждаем и поощряем в нем сочувствие к

уставшему, огорченному, больному, слабому: "Мама устала, принеси ей тапочки, чтобы она переобулась". В последние годы мы поняли, что именно в этом возрасте начинается ориентация человека в НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЯХ. Если наибольшее удовольствие он испытывает, доставляя радость другим людям, то радость созидания, радость творчества и отдачи становится высшими из радостей его жизни. Эти эталоны нравственных ценностей являются основой того, что называют совестью, они формируются рано и лежат, видимо, в подсознании.

ВОТ НЕКОТОРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ.

1. В первый год жизни малыш не болеет.

2. Обнаженный (в трусиках) выдерживает лучи солнца, летний ветер, купание в реке и в море, ходьбу босиком по полу, земле, траве, снегу

3. Ест почти все, что едят взрослые. Желудок работает всегда хорошо.

4. С трех месяцев СТОИТ сам, держась за опору, прочно ВИСИТ, держась за пальцы взрослого (до 30 секунд).

5. ПОЛЗАТЬ начинает с 6-7 месяцев, причем не касаясь пола коленками, что говорит о высоком уровне его физического развития.

6. ХОДИТЬ сам без опоры и поддержки начинает с 8, 10 месяцев; ходит босиком в комнате, а летом и во дворе.

7. Развитие СИЛЫ и ЛОВКОСТИ: подходит к турнику или к кольцам, сам берется за них и повисает на 2-5 секунд, влезает и слезает с дивана - в 10 месяцев; поднимает ножки к рукам из виса на перекладине или кольцах (сильный брюшной пресс) - 10-11 месяцев; влезает по вертикальной лесенке на высоту 1,5-2 метра и слезает с нее - в год. 8. К году САМ ПЬЕТ из чашки, с 13-14 месяцев САМ ЕСТ ложкой густую кашу.

9. ПРОСИТСЯ на горшок, просыпается для этого и ночью.

10. ГОВОРИТ 10-15 слов, понимает и выполняет элементарные просьбы, проявляет сочувствие, желание помочь, участвовать в занятиях старших.

А ГЛАВНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ, как мы теперь понимаем, был вот в чем: живя с такими малышами, мы - при всех наших хлопотах и заботах - не уставали! Напротив, мы словно заряжались от них бодростью и радостью жизни, которая буквально била ключом в нашем доме. И как странно было слышать от других: "Ах, как трудно с детьми! Совсем замучились..."

Только спустя время, столкнувшись со страшными проблемами других семей, мы поняли, что с детьми может быть действительно невыносимо тяжело. И главные трудности, отравляющие детям и родителям жизнь, были связаны с

бесконечными болезнями. Почему же они миновали наших детей? Мы попробовали в этом разобраться, и увидели, каких бед нам удалось избежать. Наверняка не все существующие попали в "чертову дюжину" грозных ОПАСНОСТЕЙ, на которую мы обращаем ваше самое пристальное внимание. Но эти - мы убеждены! -можно и нужно предотвратить. Если это удалось нам, значит, и другим это под силу.

Современные опасности, угрожающие здоровью и жизни ребенка в первый год

1. АЛКОГОЛИЗМ родителей: отягощенная наследственность; пьяное зачатие обрекает ребенка на психическое или физическое уродство.

2. НЕФИЗИОЛОГИЧНОЕ ВЕДЕНИЕ беременности и родов, ведущее к увеличению числа физиологически незрелых детей (сейчас их 90%).

3. ПОЗДНЕЕ ПРИКЛАДЫВАНИЕ к груди матери (через 1-3 суток) и отсутствие физического ("кожа к коже") и эмоционального контакта с матерью в первые часы и дни после рождения.

4. ПЕРЕКУТЫВАНИЕ в часы бодрствования и термостатическое содержание (постоянно в тепле), ведущее к угнетению механизмов терморегулирования и частым простудным заболеваниям.

5. СТЕРИЛИЗАЦИЯ пищи, питья, посуды, пеленок, игрушек и пр., задерживающая развитие и укрепление иммунитета и приводящая к болезненности ребенка: к нему будет "липнуть" любая инфекция.

6. ПЕРЕКАРМЛИВАНИЕ, стимулируемое все возрастающими (акселеративными) нормами роста и веса, искусственным и смешанным вскармливанием и ранним прикормом (ранее 5 6 месяцев).

7. МАЛОПОДВИЖНОСТЬ в первые 6 месяцев и НЕДОСТАТОК ДВИЖЕНИЯ и ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК до и после года, ведущие к недоразвитию мышечной системы и - коррелятивно - к слабости всех внутренних органов, а также к задержке умственного развития.

8. ПРИМЕНЕНИЕ АНТИБИОТИКОВ для лечения младенцев. Антибиотики аминоглюкозидного ряда (неомицин, мономицин, канамицин, стрептомицин) ведут к ГЛУХОТЕ: сначала к потере

слуха на высоких частотах, затем на низких и при дальнейшем применении - к СЛЕПОТЕ.

9. ПРИЕМ ЛЕКАРСТВ кормящей МАТЕРЬЮ:

Пенициллины - могут вызвать сенсибилизацию ребенка. Тетрациклины - оказывают токсическое действие. Сульфаниламиды - усиливают желтуху у ребенка. Левомицитины - вызывают отказ от груди, рвоту, диспепсические явления и даже поражение костномозгового кроветворения. Налидиксиновая кислота - может вызвать гемолиз эритроцитов у детей. Метронидазол (трихопол) - оказывает канцерогенное действие. (Справочник по детской диететике". М., 1980, с. 89.)

10. ОБЕРЕГАНИЕ ребенка ОТ ОПАСНОСТЕЙ ВМЕСТО ЗНАКОМСТВА С НИМИ, приводящее к неосторожности и заметно увеличивающее вероятность травматизма.

11. ОГРАНИЧЕНИЕ СВОБОДЫ познания мира - после 6-7 месяцев усаживание ребенка, умеющего ползать, в кроватку или в манеж, - задерживающее развитие творческих сторон интеллекта. Огромное количество запретов, делающих ребенка удобным для взрослых, но неразвитым.

Две крайности в общении с ребенком, вызывающие задержку его психического развития: "ЗАОРГАНИЗОВАННОСТЬ" - непрерывные занятия, развлечения, игры и отсутствие времени для самостоятельной деятельности ребенка ведет к пассивности и апатии; и "ЗАБРОШЕННОСТЬ" - сведение общения только к обслуживанию ребенка - ведет к психическому голоданию (депривации) и госпитализму.

12. "БЕЗОТЦОВЩИНА", отстранение или самоустранение мужчины из процесса воспитания, ведет сначала к физической изнеженности, а затем (в более старшем возрасте) к инфантильности или неуправляемости и агрессивности детей.

13. РАЗЛАД В СЕМЬЕ - напряженная, холодная, а тем более скандальная обстановка пагубна для психики ребенка, сильно задерживает его развитие, а позже ведет к неврозам, угнетенному состоянию, желанию уйти из дома и даже из жизни.

Мы надеемся, что вы внимательно прочитали эти две странички и увидели, что многое могут предотвратить сами родители. Но, к сожалению, не все зависит от них. И прежде всего пребывание в родильном доме: что мы там можем? Все в руках врачей и медицинских работников, матери остается только подчиняться. И все-таки... Мы расскажем о том, как мы однажды обратились с "Просьбами к врачам родильного дома" и что из этого вышло.

Наши просьбы к врачам и сестрам родильного дома

Было однажды так: пригласили нас в московский родильный дом, и мы рассказали врачам, акушерам, сестрам (собралось человек 30) о том, что вы уже прочитали в этой главе. Вопросам не было конца:

- И вы поили некипяченой водой?
- Совсем раздетого на мороз?
- С первого дня просится на горшок?
- Как это: "кожа к коже"?
- Зачем же кормить сразу?

И т. д., и т. п. Самым удивительным оказалось то, что многое врачам-специалистам было неизвестно, и хотя далеко не со всем они согласились, все-таки выслушали нас очень доброжелательно и с большим интересом. А когда узнали, что у нас скоро появится внук или внучка, предложили привезти будущую маму к ним в родильный дом.

- А не могли бы вы выполнить наши просьбы? - не растерялся Борис Павлович.

- Ну, если они не будут противопоказаны...

В тот же вечер, вернувшись домой, Борис Павлович написал свои "Просьбы к врачам и сестрам", а уже через несколько дней повез дочку в родильный дом и вручил "Просьбы" врачу.

- Ого, целых 17! - удивился доктор.

- Здесь самое главное, но ведь тут нет ничего противоестественного.

- Гм, - сказал врач, просмотревши столь необычный документ, - действительно, тут скорее все естественно, но... существуют инструкции Минздрава, их не миновать. Однако, на что запрета нет - попробуем!

Новорожденную положили на грудь маме сразу после рождения. Вокруг родильного стола собрались все свободные врачи и акушеры: "Сосет!" -удивлялись они. Так "тронулся лед" наших взаимоотношений с медициной. А те "семнадцать просьб" еще несколько лет уточнялись, дополнялись и верно служили рождению наших внуков и многих других детей. К сожалению, правда, не все: врачи-то были не против, но инструкция! Надеясь на то, что настала пора пересмотра многих устаревших инструкций, предлагаем вам убедиться самим, что ничего противоестественного в наших просьбах нет. Наоборот - все естественно.

Итак, вот о чем мы просим врачей родильного дома:

1. Не делать НИКАКИХ ИНЪЕКЦИИ и особенно местной

анестезии, так как она губит материнский инстинкт и вредно действует на ребенка.

2. Постараться придать роженице положение полусидя, чтобы потугам помогала сила тяжести, то есть вес ребенка, тогда роды проходят легче и быстрее.

3. Не накладывать зажимы и не перевязывать пуповину, пока не прекратится пульсация крови в ней, то есть подождать 5-7 минут, чтобы ребенок забрал из плаценты всю свою кровь (100-150 мл).

4. Сразу же после родов, не разрезая пуповину, приложить голенького ребенка к обнаженной груди матери (на 10-15 минут), чтобы он пососал из обеих грудей. Еще лучше, если мать САМА приложит его к груди. Эти удивительные 15 минут близости (контакт "кожа к коже") накладывают неизгладимый след на всю будущую жизнь и взаимную привязанность матери и ребенка, позже не могут быть восстановлены и с трудом компенсируются.

Нечто подобное может происходить и с отцом ребенка, но бедные отцы не знают, как много любви к сыну или дочери они хоронят, страдая под окнами недоступного и потому бессердечного родильного дома.

РАННЕЕ ПРИКЛАДЫВАНИЕ к груди резко снижает вероятность появления диатеза у ребенка (примерно в десять раз), желтухи, аллергий, включает в работу иммунную систему ребенка, осеменяет кишечник ацидофильной палочкой, имеющейся в молозиве. Оно является сильным физиологическим сигналом материнскому организму, что все в порядке, и это ускоряет течение послеродовых процессов (ускоряется выход последа, останавливается кровотечение, быстрее сокращается матка), улучшает самочувствие, благотворно действует на мать и дитя. У матери будет много молока, предупреждается мастит, а ребенок не будет "ленивым сосуном", отпадает необходимость докорма и искусственного вскармливания. Нужно помнить, что СМЕШАННОЕ вскармливание столь же вредно, как и ИСКУССТВЕННОЕ. Это экологическая катастрофа для ребенка, тем более страшная, чем меньше ребенок.

5. Ничего не давать ребенку из бутылки с соской в первые 10-15 дней (глюкоза, донорское молоко), чтобы не делать из него "ленивого сосуна" и затем "искусственника".

6. Не смазывать соски матери зеленкой (бриллиант грюн) и не протирать раствором борной кислоты (она вредна для ребенка). Самая эффективная профилактика маститов - раннее прикладывание к груди, кормление грудью и минимум сцеживаний.

7. Не закапывать в глаза новорожденному ни раствор ляписа,

ни сульфацил-натрий, если нет для этого показаний. Они часто вызывают конъюнктивит у ребенка, особенно ляпис (до 80%). Не делать прививку БЦЖ, если для этого нет показаний. По истечении

инкубационного периода возможны диспепсические явления, а позже "прививочный туберкулез", требующий лечения (4-6% случаев).

8. Не удалять первородную смазку с кожи ребенка в течение первых суток, так как в ней содержатся полезные вещества, всасывающиеся в кожу.

9. Не ограничиваться измерением роста и веса, а дважды - через 1 минуту и 5 минут - провести экспресс-диагностику физиологической зрелости по шкале Апгар-Аршавского (сердцебиение, дыхание, окраска кожи, мышечный тонус, рефлексы) и сообщить результаты родителям. Зрелый ребенок - 8-10 баллов. Нормальный вес - 3 +- 0,6 кг.

10. Не уносить младенца надолго (более 30 минут) от матери для осмотра и измерений и сразу поместить ребенка с матерью в отдельной палате или поставить его кроватку рядом с материнской. Удаление ребенка от матери ведет к психической депривации, тем более страшной, чем продолжительнее разлука. Мать должна помнить: чем меньше ребенок, тем больше он нуждается в физическом и биоэнергетическом контакте с нею. Если он плохо спит ночью один, то матери лучше положить его рядом с собой.

11. Рекомендовать матери произвести "запуск терморегулирующих функций" организма трехкратным погружением ребенка В ХОЛОДНУЮ ВОДУ (6-12 С). Погружение делать полным (так, чтобы головка уходила под воду последней и лицом вниз), коротким (на 0,5-1 сек), с интервалом между погружениями в 2-3 вдоха ребенка. Резкий крик после первого погружения - нормален, длительный сон после погружений (до 5-8 часов) - тоже. Наилучшее время "запуска" -первый-второй день после рождения, то есть в "период наивысших адаптивных возможностей ребенка" (И. А. Аршавский).

12. В дальнейшем поддерживать терморегулирующие функции всегда в рабочем состоянии. Для этого рекомендовать матери:

- кормить ребенка голеньким (сидя или лежа - как ей удобнее): ребенок получает "воздушные ванны" 4-7 раз в сутки по 15-20 мин. Это включает в работу терморегуляторы организма и предупреждает опрелости;

- подмывать ребенка при необходимости только холодной водой - из-под крана с ладони (включение терморегулирующих

функций в работу);

- заворачивать ребенка в пеленки только для сна (во время сна температура окружающей среды, т. е. под пеленкой, должна быть комфортной -32-34 С), оставляя его в распашонке или голеньким во время бодрствования. В комнате в одеяло не заворачивать, чтобы не вызвать потницу, опрелости и другие неприятности.

13. Не советовать матери "смиряться со стиркой пеленок на 6-8 месяцев", а рекомендовать "учить гигиеническим навыкам со дня рождения", как это делается у народов Индии я многих африканских стран. Для этого держать ребенка над тазиком или раковиной, если он проснулся сухим, держать после еды или питья воды и подкреплять рефлекс опорожнения мочевого пузыря наградой - приласкать, покачать, иногда и покормить. Мать почти избавится (и тем больше, чем более внимательна и чутка она к "сигналам" малыша) от огромной и бессмысленной работы по стирке и глажке пеленок, а малыш не будет приобретать навыков противоестественной неопрятности и неврозов, вызываемых позже ночным недержанием мочи (энурез) и связанным с ним комплексом неполноценности.

Вот и все просьбы. Их 13, а не 17 просто потому, что некоторые пункты мы соединили вместе, кое-что добавили, но ничего не сокращали. Выполнить их так нетрудно, а результаты могут быть так велики... А ведь когда-нибудь (мы уверены!) эти "Просьбы" станут простой инструкцией Минздрава. По велению Природы.

Наши предложения работникам детских садов

Ни в ясли, ни в детские сады мы детей не отдавали, поэтому опыта "детсадовских родителей" не приобрели. Конечно, мы об этом не жалеем, потому что и тогда, и сейчас считаем, что наши дошкольные воспитательные учреждения предоставляют очень мало возможностей для физического, умственного и нравственного развития ребятишек: ни побегать босиком, ни подвигаться всласть, ни поиграть в охотку, ни трудных задачек на смекалку, ни букв и цифр до школы, ни совместных дел и занятий со взрослыми или со старшими, ни учета личных особенностей и состояний, ни непременной доброты, любви к каждому ребенку - как же без этого жить и каким вырастешь?

Кроме этого, для нас оказалось просто невозможным

передать детей, даже на время, в другие руки, пусть добрые, умелые, но чужие. И дело тут было не в недоверии или какой-то боязни. Что-что, а сохранность и сытость детей в детском саду сомнению не подлежит. Тут другое: дети целый день были бы где-то, в незнакомом для нас мире и окружении, а как же тогда мы бы чувствовали их и знали? Ведь они меняются не по дням, а по часам. И как бы дети постигали наш мир, видя нас только в утренней суете и вечерней усталости?

В общем, и сознание, и чувство - все было настроено против этих "камер хранения для детей", которые представлялись нам своеобразными казармами, где все делается по жесткому режиму и "чохом" - всеми разом. Мы не представляли себе там своих ребят! Конечно, нам было трудно, подчас почти невозможно, но мы все-таки выход находили: по очереди работали (кто - утром, кто - вечером), у нас были разные выходные и отпуска, брали работу домой или детей на работу (когда они подросли), иногда пользовались помощью бабушек, а бывало - просто знакомых или соседей, и все-таки выдержали. И может быть, поэтому слегка свысока позволяли себе относиться к тем, кто "не выдерживал", да и не очень задумывался над тем, вести или не вести ребенка в детский сад. Ну, конечно, вести! Было бы куда - проблему видели только в этом.

Когда начались наши "встречи с родителями", мы волей-неволей стали расшатывать стереотип восприятия детского сада как лучшего варианта воспитания дошкольника. Папы и мамы начинали задумываться, верно ли делают, а иногда принимали трудные решения поступиться ради малыша какими-то своими интересами и делами. И мы радовались тому, что кого-то "наставили на путь истинный". Но все чаще к нам подходили с вопросом: "А если мы согласны с вами и очень хотели бы обойтись без детского сада, да не можем. Как быть?" И знакомили нас с такими жизненными обстоятельствами, которые загоняют людей в тупик: матери-одиночки, многодетные без жилья, малообеспеченные молодые семьи, студенты и т. д. Да для них детский сад - жизненная необходимость. Мы узнали, что есть и другие - не хотелось бы называть их отцами и матерями - им дети только помеха и обуза, а жизнь детей в подобных "семьях" превращается в ежедневное страдание. Для таких детей детский сад - просто спасение.

Мы поняли: без детского сада не обойтись, поэтому нельзя относиться к общественному дошкольному воспитанию как к чему-то такому, чего надо избегать и о чем лучше не думать. И мы стали думать - вникать в эту нелегкую и, как оказалось, очень больную проблему "обобществленного детства". Мы пошли в

детские сады, познакомились с условиями работы в них и буквально потеряли покой. Мы даже и не подозревали, как там трудно и взрослым, и детям: до ЗО - и больше! - малышей на няню и воспитательницу (с нищенской зарплатой); до 30 - и больше! - однолеток в одном "загоне" целый день. А поминутный - действительно казарменный! - режим. А обязаловка в кормлении (по норме) и в занятиях (все - играем, все -рисуем, все - поем), как положено. А бумагописание вместо живого творчества (планы да отчеты - по ним судят о работе). Все как будто нарочно сделано, чтобы отпугнуть творческих воспитателей и задержать развитие детей.

Мы уже к тому времени твердо знали, ЧТО значат первые годы для жизни человека, какие колоссальные потенциальные возможности скрыты в дошкольном возрасте. Была уже написана "Гипотеза возникновения и развития творческих способностей" (см. следующую главу), которую у нас никак не удавалось опубликовать, а в ФРГ и Японии ее выпустили в свет очень быстро. Там же были изданы и другие наши книги. И уже в 1981 году мы получили первое известие: в ФРГ появился детский сад "по Никитиным".

Надо было что-то делать. Тем более что к нам стали все чаще обращаться за поддержкой, за информацией энтузиасты дошкольного воспитания, болеющие душой за свое дело. Ради детей они готовы были нарушить кое-какие медицинские кабинетные инструкции и методички "бездетной педагогики". На свой страх и риск они меняли образ жизни детей у себя в садах. Ну как нам было не откликнуться? Одним из первых детских садов, поставивших в группе спортивный комплекс В. С. Скрипалева, был детский сад No. 1226 в Зеленограде (1979 г.). И через некоторое время воспитатели с удивлением и радостью отметили: во-первых, дети стали вдвое меньше болеть; во-вторых, они уже через год физически настолько окрепли, что в первом классе, после детсада, почти все были отобраны в школу олимпийского резерва; в-третьих, ребята стали дружнее и доброжелательнее, так как свободные занятия и игры на спортснарядах научили их быть внимательнее друг к другу. Наконец, в-четвертых, с облегчением вздохнули сами воспитатели: спорткомплекс стал еще одной "няней", помогающей занять детей полезным и веселым делом. Сначала в Зеленоград ехали посмотреть, потом решались попробовать у себя. Постепенно спортивные комплексы, бассейны переставали быть полулегальным экзотическим новшеством. Лед тронулся! Но первые ласточки еще не сделали весны. До настоящего тепла еще нескоро, хотя теперь оно зависит и от нас самих.

Перемены в стране развязали руки многим честным людям. И они, несмотря на то, что верхние этажи образования по-прежнему не заботятся о своем фундаменте - дошкольном детстве, - начали строить новый фундамент сами. Для них и предназначены наши "Предложения". Пусть не смущает вас их краткость: здесь есть главное, с чего можно НАЧАТЬ.

ПРЕДЛОЖЕНИЯ по эффективному укреплению здоровья, повышению физического и умственного развития детей в детских садах

1. В течение отопительного сезона поддерживать в помещениях, где находятся дети, ЗДОРОВУЮ ТЕМПЕРАТУРУ, то есть 17-18 С. В каждой группе иметь минимум два термометра, установленные на высоте 1 м от пола, и повышение температуры выше +20 С считать ЧП и немедленно принимать меры по ее нормализации. Если в течение одной недели температура будет выше +20 С, то крепость здоровья детей снижается, так как постоянный термокомфорт ведет к свертыванию функций терморегуляции у детей. Особенно вредны для здоровья полы с подогревом. Подогрев полов отключать полностью, а проектирование таких зданий запретить законом.

2. Превратить СПАЛЬНИ В СПОРТЗАЛЫ и тем самым вдвое увеличить пространство для жизни и развития (особенно физического). Для этого:

- удалить кровати;

- установить вместо них спорткомплексы В. С. Скрипалева (не менее одного на группу);

- для дневного сна детей приобрести поролоновые или пенополистироловые коврики, чтобы укладывать детей на полу (как в Японии). Можно сделать откидные спальные полки, как на кораблях или в поездах, в два яруса на высоте 20 и 80 см от пола.

3. ДНЕВНОЙ СОН можно оставить только ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ, так как с возраста 3-4 года большинство детей днем спать не ложится. Остальные дети могут заниматься в это время чтением, письмом, рисованием, лепкой и тихими играми. Эта мера намного увеличивает время для самостоятельных занятий, а значит, для саморазвития детей и может прекратить взаимную трепку нервов воспитателей и детей в эти часы. Но переход этот нельзя делать сразу, резко. Пропуски сна сначала единичны, а затем становятся чаще и через 2-3 месяца сплошными (в старших группах).

4. Перейти постепенно на более ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ (взрослым тоже полезно):

- ОБЛЕГЧИТЬ ОДЕЖДУ и обувь детей. Поощрять ребятишек за "храбрость", то есть сдвигаться постепенно к идеальной форме

одежды - ТРУСИКИ и БОСИЧКОМ летом и зимой. Дома "застрельщиками" могут быть и храбрые папы и мамы, а в детском саду воспитатели и няни, все, кто понимает, как важно дать нагрузку и системам терморегуляции в организме ребенка.

- Спортивный комплекс и спортивные игрушки сделать доступными для детей, чтобы дети СВОБОДНО МЕНЯЛИ СВОИ ИГРЫ в течение дня.

- Поощрять малышей к придумыванию всяких "упражнений" и игр на спорткомплексе: кто "выглянет в окошко"? (подтянуться на кольцах и заглянуть в кольцо), кто три раза качнется на кольцах "в колобке"? (соединить в одну точку кулаки, коленки и подбородок), кто влезет по шесту или канату и на какую высоту? (разметить красиво шест и канат по высоте". Для этого записывать новые "номера" ("лягушка", "свечка", "уголок" и т. п.). К концу года или к празднику провести олимпиады и записать их результаты (рекорды, чемпионов и т. п.).

5. ОБОГАТИТЬ ДВОР спортивными сооружениями и снарядами:

- Сделать БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ вдоль забора (кольцевая наибольшей длины, т. е. 200-400 м) шириной 1,2-1,5 м с внутренним закруглением на поворотах радиусом не менее 3 м.

- Установить спортивные комплексы на площадках каждой группы, усложняя их для детей более старшего возраста.

- Сделать для детей летний бассейн - "лягушатник" глубиной до 0,5 м и наклонными бортиками, чтобы зимой превращать их в мини-катки для малышей.

- Сделать асфальтированную площадку для катания на самокатах летом, а зимой превращать ее в хоккейное поле.

6. Для объективной оценки уровня физического развития детей ввести измерения СИЛЫ, СКОРОСТИ, ВЫНОСЛИВОСТИ (бег на дистанцию в 1500 своих ростов), ЛОВКОСТИ, МЕТКОСТИ (лазание по шесту и бросание мяча в цель на расстояние 5 ростов) по "индексам справедливости" (см. журнал "Физкультура и спорт" No. 3, 1983, с. 20 или сборник "Искусство быть здоровым", ФиС, 1984, с. 34; изд. 2-е, 1987, с. 21). Измерения делать 2-3 раза в год и отмечать в таблицах достижения каждого ребенка.

7. Количество ожиревших детей возрастает у нас примерно на 1% ежегодно. Это уже серьезная опасность. Здоровье детей заметно укрепляется, если ПРЕКРАТИТЬ НАСИЛЬСТВЕННОЕ КОРМЛЕНИЕ детей (большие порции, требования съедать всю порцию и весь обед). Ребенок должен есть с удовольствием и только то, что он хочет. Первое блюдо дети едят неохотно, и заставлять их не надо. Перед обедом спросить: "Кто хочет есть первое (суп, борщ)?" - и наливать только желающим. Второе

блюдо тоже давать по желанию (чего и сколько). Хорошее самочувствие и нормальный стул у ребенка ("колбаски") - главные показатели правильного питания.

8. Сдвинуть развитие к РАННЕМУ ВОЗРАСТУ:

- Знакомить детей с буквами, цифрами, чтением, письмом, счетом с 2х-3х-летнего возраста и в игровой форме. Создать для этого обстановку, в которой бы чтение, письмо, счет, рассматривание географических карт, таблиц, планов, чертежей, глобуса, пользование часами и термометром являлись для детей столь же обычными, как и катание с горки, беганье и игра с мячом. Пронумеровать шкафчики, стулья, игрушки, писать имена детей, повесить школьные доски и дать детям мелки и т. п.

- Для развития творческих способностей у детей ввести в употребление РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ (по одной): "Уникуб", "Кирпичики", "Кубики для всех" и др. (набор каждому ребенку) и пособия на группу: "Таблица сотни", "Дроби", "Термометр", "Часы", "Узелки".

9. Организовать в детсаду МАСТЕРСКУЮ для изготовления игр, пособий, мелкого ремонта мебели, оборудования спортивных комплексов и площадок. Пригласить для этого в штат МУЖЧИН (физрук, мастер, методист). В ГДР при детском саде есть человек, имеющий квартиру в здании детсада, исполняющий обязанности сторожа, мастера, рабочего, наблюдающего за состоянием всего здания и берегущего его.

10. Подумать об организации РАЗНОВОЗРАСТНЫХ ГРУПП, в которых старшие дети помогают воспитателю (как в Венгрии) смотрят за младшими, играют с ними. Младшие дети тогда лучше развиваются, а если старший и младший из ОДНОЙ семьи, то и лучше себя чувствуют. Приглашать в детсад учеников старших классов, желающих помогать воспитателю, особенно тех, у кого в детсаду младшие братья и сестры.

11. Идеальным был бы вариант, когда ЗАРПЛАТА ВОСПИТАТЕЛЯ и няни стала бы зависеть от меры укрепления здоровья детей и повышения уровня их физического и умственного развития. Но это тонкое и сложное дело надо готовить исподволь и тщательно, привлечь к нему самых умных и порядочных людей.

Эти "Предложения" для многих не только новы, но и необычны. Их надо обсудить сначала работникам детсада и обдумать, какие, в каком порядке, когда и как осуществлять (полностью или частично).

Очень много ума и такта потребуется для того, чтобы подготовить родителей. Лучше всего, если на общем родительском собрании родители сами внесут свои предложения

по этим вопросам и предложат свою помощь. Для этого они тоже должны не только прочесть, но и обдумать "Предложения" и, может быть, что-то начать сначала у себя в семье.

Это должна быть не насильственная "революция", а мирная, добрая и радостная "перестройка", чтобы дети становились крепче здоровьем, сильнее физически, развитее умственно и добрее нравственно. С такими детьми жить и легче, и веселее.

Часть 4. РЕБЕНОК СПОСОБНЫЙ НЕ ДАР ПРИРОДЫ

Что думают ученые о способностях

Не наступил ли наконец момент покончить с ужасающей теоретической пустотой некоего биологического мифа о гении и задать себе вопрос, не является ли существование великих людей, совершенных личностей доказательством того, что стадия развития, достигнутая данным обществом, вообще делает возможным такое совершенство... ...и не следует ли, наоборот, считать исключением, требующим объяснения, общее правило подавления способностей человека?

Люсьен Сэв. Марксизм и теория личности

..Грубое деление всех свойств человека на "врожденные" и "приобретенные" простительно, но совершенно неразумно... подобное деление бессмысленно в случаях, когда практический опыт воздействует на устройство, и наоборот.

Грей Уолтер. Живой мозг Проблема человеческих способностей всегда и у всех людей вызывала неподдельный интерес. Откуда берутся люди способные и неспособные, талантливые и бездарные? Почему не всякий вундеркинд становится гением, а гении во всех областях человеческой деятельности столь редки? Кто не задавал себе подобных вопросов? Но если раньше эти вопросы не выходили за рамки любознательности и не слишком нуждались в разрешении, то теперь проблема способностей вырастает в крупную социальную проблему. Почему?

Невиданное еще в истории человечества ускорение научно-технического прогресса, лавинообразное нарастание наших познаний о мире и необходимость овладевать ими уже поставили перед педагогами и психологами ряд труднейших задач. Школа на всех ее ступенях - начальная, средняя и высшая - отстает в этом отношении от требований жизни, и отставание не только не имеет тенденции к сокращению, но прогрессирует все заметнее.

Каждому, кто знаком с положением дел в школе, ясно, что компенсировать это отставание путем увеличения сроков обучения либо путем пополнения программ новым материалом

невозможно. Длительность школьного обучения уже дошла до тех предельных границ, где с натяжкой ее можно считать еще разумной, и не случайно уже не одно десятилетие держится на этом уровне. Делается вторая попытка ввести одиннадцатый класс в школе. Вопрос о перегрузке школьных программ не сходит у нас с повестки дня уже много лет и настоятельно дает о себе знать хотя бы в том факте, что рабочий день школьника в старших классах превышает гарантированную Конституцией длительность рабочего дня взрослых и угрожает не только физическому, но и психическому здоровью наших детей. Будь у нас в руках объективные критерии для измерения меры того и другого здоровья, мы бы говорили об этом давно и с большей тревогой, чем сейчас. Правда, есть еще один путь - коренное усовершенствование самого учебного процесса в школе - соединение обучения с производительным трудом, когда труд и учеба будут уравнены в правах и дети будут отдыхать полдня от утомительного и противоестественного однообразия книжной учебы и тем сохранят свежесть и легкость детского восприятия и высокие темпы развития. Но это время наступит, видимо, не скоро, так как реформа школы 1984 года предусматривает выделение даже не на труд, а только на трудовое обучение крохотной части учебного времени (10-15%). Другие же меры, подобные программированному обучению и переходу на новые программы (оказавшиеся к тому же далекими от совершенства), не оправдали возлагавшихся на них надежд. Все это, конечно, шаги вперед, но шаги просто не соизмеримые с мощной поступью научно-технического прогресса.

Проблема усложняется еще и тем, что она далеко не исчерпывается одним непрерывно растущим объемом знаний. Оказывается, одних даже обширных знаний уже недостаточно для полноценной подготовки современных работников в области науки, техники и производства. Нужно еще больше и больше не только знающих, но н способных к творческой деятельности людей, специалистов высокого творческого потенциала. Ни средняя, ни высшая школа пока не направлены на их отбор и соответствующую подготовку. Откуда их брать? Педагоги и психологи, к сожалению, не очень спешат решить этот вопрос. А жизнь не ждет.

И вот математики, кибернетики, а за ними физики, химики уже создают специальные школы и ищут для них способных учеников. Долгое, трудное дело. Таланты, как и алмазы, сейчас довольно редко встречаются, да и шлифовать их нелегко, но пока это единственная возможность.

Проблема творческих способностей сейчас вплотную стала

перед работниками науки и техники, но, несомненно, она скоро станет и перед многими другими. И если считаться с тем, что у знаний сокращается "срок жизни", что знания все быстрее начинают стареть и требуют постоянного "подновления", что на наших глазах умирают одни и рождаются другие профессии, что доля умственного труда и творческой деятельности людей почти всех профессий имеет тенденцию роста, и роста ускоренного, то это значит, что творческие способности человека следует признать самой существенной долей его интеллекта и задачу их развития - одной из важнейших задач в воспитании человека будущего.

Возможно, что все сказанное знакомо и понятно людям, следящим за тревогами нашей общественной мысли, но хотелось бы, чтобы к тревогам присоединились еще и заботы; в той или в иной мере направленные на решение проблемы. В ее решении заинтересовано не только государство: почти каждого учителя и родителя интересуют вопросы развития способностей у детей, и творческих в том числе.

Но здесь на пути решения проблемы, среди других препятствий, стоит одно, очень существенное - современная гипотеза способностей. Почему она является препятствием?

Руководствуясь той или иной гипотезой, люди действуют. и эти действия могут в одних случаях приближать их к цели, а в других удалять от нее, или, как говорят, "долго будут водить за нос", пока новые факты не заставят отказаться от неверной гипотезы. Одни гипотезы ставят человека в активную позицию, заставляют искать, исследовать, экспериментировать, другие, наоборот, говорят о том, что это явление нам не подчиняется, что все или почти все зависит от природы, от наследственности.

Такой примерно гипотезой и является существующая в психологии и педагогике гипотеза способностей. Понять ее сущность можно из определений трех главных понятий: способности, задатки и одаренность.

"СПОСОБНОСТИ - индивидуальные особенности человека, от которых зависит успешность выполнения определенных видов деятельности... Способности не даны от природы в готовом виде... большое значение для их развития имеют ЗАДАТКИ, однако в конечном счете способности могут сформироваться лишь в определенных условиях жизни и деятельности..."

"ЗАДАТКИ - врожденные анатомо-физиологические особенности, среди которых наибольшее значение имеют особенности нервной системы и протекающих в ней процессов. Задатки имеют важное значение для развития способностей". Такое определение дает "Педагогический словарь" (т. 1, стр. 388).

А "Педагогическая энциклопедия" (изд. 1966 г.) прямо называет их "природными предпосылками развития организма", "органической основой способностей" (том 2, стр. 62).

"ОДАРЕННОСТЬ - (по определению "Педагогического словаря", т. 11, стр. 35) - совокупность природных задатков как одно из условий формирования способностей", а по определению "Педагогической энциклопедии" (т. 3, стр. 186) - "высокий уровень развития способностей человека, позволяющий ему достигнуть особых успехов в определенных областях деятельности".

Путаница в определении одаренности, видимо, не случайна: она отражает путаницу, которая действительно есть в психологической науке в вопросе о способностях. Но все-таки из этих определений можно видеть, что главными условиями формирования способностей считаются природные задатки и условия жизни и деятельности. Если есть первое и второе, то могут сформироваться способности, а если нет хотя бы одного, то не сформируются. Наличие же задатков у ребенка определить никакими средствами нельзя. Что же остается делать родителям, детскому саду и школе? Видимо, создавать условия, благоприятствующие развитию способностей, и ждать. Ждать, пока начнут "проявляться" способности. А если они не "проявляются"? Значит, нет задатков или вы создали условия не для тех задатков, которые есть у ребенка.

Попробуй разберись! Короче, люди ставятся такой гипотезой в пассивную позицию.

Теперь о существе задатков. "Если это понятие анатомо-физиологическое, то для психолога это имеет смысл лишь как ссылка на ту область, которой он не занимается. Это вместе с тем и допущение того, что раз есть способности, то нечто должно быть до их появления. Это нечто и есть врожденные предпосылки - задатки. Такое понимание ничего не дает психологии и не имеет оснований в фактических данных", - говорит член-корреспондент Академии педагогических наук профессор В. Н. Мясищев и добавляет: "В многочисленных исследованиях по физиологии высшей нервной деятельности ребенка нет ни одного исследования, которое поставило бы вопрос о тех физиологических особенностях, которые связаны с понятием способности" (подчеркнуто мною. Б. Н.). Иначе говоря, существующая гипотеза способностей пока умозрительна.

В разное время из разных фактов рождались различные предположения. Считали, например, что способности зависят от объема мозгового вещества, так как у многих талантливых и гениальных людей объем мозга превышал обычную человеческую норму в 1400 см3 и достигал 1800 см3 (у писателя И. С.

Тургенева). Но рядом стояли такие факты, когда гениальный человек имел мозг в 1200 см3 или даже жил с одной половинкой мозга, как Пастер, у которого после кровоизлияния в мозг функционировало только одно полушарие, а такая гипотеза не могла их объяснить. Тогда обращались к структуре клеток головного мозга, особенно его коры, и находили, что у гениальных людей иногда есть отличия от обычной структуры, но, какие из этих отличий имеют решающее значение, оставалось загадкой.

Предполагалось, например, также, что талантливым бывает первый ребенок в семье. И эта гипотеза имела приверженцев, пока не пришла на помощь статистика. Из 74 всемирно известных гениальных и талантливых людей, из биографических данных которых можно было установить, каким по счету он родился, первыми оказались только пять - Мильтон, Леонардо да Винчи, Г. Гейне, Брамс, А. Рубинштейн. А Франклин был - 17-м ребенком в семье, Менделеев - 17-м Мечников - 16-м Шуберт - 13-м Вашингтон - 11-м Сара Бернар - 11-м Карл Вебер - 9-м Наполеон - 8-м Рубенс - 7-м и т. д. Значит, дело не в том, каким по счету ребенок родился в семье, а в чем-то другом.

Очень живучей оказалась гипотеза о наследовании способностей. Обилие противоречивых фактов не смущает ее сторонников. В пяти поколениях рода Бахов, кроме Иоганна Себастьяна, было 56 (по другим данным - 15) талантливых музыкантов. И то же самое можно наблюдать, пусть в меньшей степени, в других семьях талантливых людей. Но тут же и диаметрально противоположные факты, например, род Шумана. Из 136 членов этого рода в четырех поколениях был... только один музыкант - Роберт Шуман, его жена Клара также была талантливой пианисткой, но никто из восьми их детей не стал музыкантом. Почему? Почему в роду Толстых один Лев Николаевич оказался гениальным?

Ответить на эти вопросы, и ответить убедительно, трудно. Современная гипотеза поэтому предпочитает обходить молчанием такие вопросы. При этом ведь надо учесть, что способности - довольно стойкие особенности, мало изменяющиеся в течение самой жизни человека. Если малышу с трудом дается математика в начальной школе, то это качество сохраняется за ним во всех старших классах. При всем трудолюбии, работоспособности, аккуратности и прочих добродетелях способным такого ученика не сделаешь, говорят учителя. И для подавляющего большинства случаев это действительно так, исключения крайне редки.

"Врожденный интеллект" - так объясняют это явление не

только буржуазные ученые. "Талант, одаренность, скажем, в работе в области математики, физического эксперимента, конструирования новых приборов даны от природы во всем. Никакой упорный труд не может заменить эту природную одаренность", - говорит академик А. Колмогоров. Если согласиться с этим утверждением, то естественно предположить, что "природная одаренность", например, к научной деятельности может быть лишь у народов, давно вышедших из дикого состояния и, значит, приобретших за длительный период своего исторического развития какие-то качества для научной деятельности. Но тогда как объяснить такого рода факт: "Мари Ивоин, девочка, которую привезла из глубины лесов Центральной Америки экспедиция Веляра (в возрасте нескольких месяцев), была родом из племени гваякилов, самого отсталого на всем земном шаре, но во Франции она превратилась в интеллигентную и культурную женщину - научного работника по профессии".

Генетики, сделавшие в последние годы крупные открытия в области наследственности, тоже не едины в мнениях. Профессор-генетик Эдинбургского университета Шотландии Ш. Ауэрбах утверждает: "Все, что правильно в отношении свойств тела, справедливо и для черт ума и эмоций. Уровень умственного развития, особые способности, личные качества - все это результат взаимодействия генетических факторов и факторов среды". А ректор Чикагского университета, лауреат Нобелевской премии Джордж У. Бидл отделяет "биологическую" наследственность от "культурной". Пропасть между человеком и его ближайшими родственниками из животного мира огромна... Центральная нервная система человека под влиянием культурной среды развивается чрезвычайно специфически. Наш головной мозг, как и мозг предшествовавших и родственных нам видов, содержит "врожденную информацию", которая регулирует такие функции организма, как дыхание, кровообращение, инстинктивное поведение и т. д. Но, кроме этих сведений, мозг человека в отличие от мозга животного содержит огромное количество "воспринятой информации", которая и является культурным наследием... В отличие от биологической приобретаемая человеком культурная наследственность возобновляется в каждом новом поколении. Бидл, таким образом, очень немногое оставляет на долю наследственности и очень многое на долю воспитания.

Еще более четко отделил "биологическое наследование" от "социального" наш ученый-генетик Н. П. Дубинин. "То идеальное (т. е. социальное) содержание, которое наполняет психику в ходе становления личности, не записано в генетической программе

человека. Мозг обладает безграничными возможностями для восприятия разносторонней социальной программы, обеспечивает универсальную готовность новорожденного подключиться к общественной форме движения материи. Реализовать должным образом этот колоссальной значимости потенциал - задача воспитания". Эта сравнительно сложная формулировка несколько поясняется второй: "Никаких генов для духовного содержания человека не существует, черты человеческой психики формируются с помощью общественно-практической деятельности людей. Понимание этого открывает громадные перспективы для педагогики и для формирования нового человека. Многое остается здесь еще не использованным, это касается, в частности, развития личности в раннем возрасте (до двух лет)".

К сожалению, статья Н. П. Дубинина вышла позже (в 1980 г.), чем была сформулирована "гипотеза способностей", и это намного затруднило и усложнило всю работу над проблемой. Приходилось решать все задачи, не имея этой фундаментальной теоретической поддержки. Вот почему усложнены поиски, вот почему столько вопросов.

Как объяснить с позиций старой гипотезы такой ряд фактов: очень часто малыши-дошкольники и младшие школьники поражают взрослых ранним проявлением творческих способностей. Но идут годы, дети вырастают, и... ни талантливых, ни тем более гениальных людей из них не получается. Куда деваются их способности и задатки? Почему, например, подавляющее большинство детей, воспитывающихся в приютах и домах ребенка, сильно отстает в развитии речи, а потом плохо учится в школе? Это давно отмечают исследователи многих государств Европы. Разве эти дети не такие же, как все, и лишены задатков, дающих возможность развить способность к речи и школьной учебе?

Почему в математические школы Москвы попадают по конкурсу каждый год ученики в основном из нескольких "особых" школ Московской области?

Почему среди студентов-русских около одной трети не имеют музыкального слуха, а среди студентов-вьетнамцев таких нет?

Почему одни считают, что научными работниками в области математики могут быть только 1-2% юношей и девушек (академик А. Колмогоров), а другие - 60-80% (учитель К. Скороход)? Подобных вопросов, на которые существующая гипотеза способностей не может дать удовлетворительного ответа, очень много.

Во время войны мне как инженеру запасного авиационного полка пришлось заниматься обучением летчиков теории и практике воздушной стрельбы. Пытаясь найти лучшие способы обучения стрельбе, я строил "кривые роста меткости прицеливания и меткости стрельбы" и для отдельных летчиков, и целых эскадрилий, и для разных условий обучения и тренировки. Эти кривые оказались однотипны - все они начинались от нуля или близкого к нему малого начального значения и затем быстро начинали расти. Однако по мере продвижения успехов эта быстрота роста снижалась и снижалась, пока наконец кривая, достигнув какого-то максимума, не переставала расти. Такие же кривые я получил позже на курсах стенографии, где строил кривые "скорости письма" с той разницей, что совершенствование в скорости записи речи росло гораздо медленнее и требовало больших сроков обучения. Те же кривые были и при обучении работе на пишущей машинке и ключе Морзе (телеграфирование). Характер кривых оставался повсюду "одинаков" - всюду скорость развития по мере роста успехов обязательно снижалась, а сама кривая асимптотически приближалась к тому или иному максимальному (рекордному) значению, никогда его не достигая.

У более способных кривые поднимаются быстрее и достигают большей высоты, у менее способных - медленнее и достигают меньших высот, меньших результатов. "Рекорды" могут быть и личные, и групповые, и международные, но они всегда есть, и "перепрыгнуть" их - все знают - практически невозможно. В машинописи, - например, рекорд, установленный еще в 20-х годах этого столетия англичанкой Митчелл и равный 902 ударам в минуту, так до сих пор и не побит никем. Достижение победительницы 1966 года - одной чешской машинистки - равно всего 650 ударам в минуту.

Интересно, что рассеивание в продуктивности работы людей незначительно, и среднеквадратичное отклонение (сигма) составляет всего несколько процентов от рекорда и редко превышает 5-10% его. На этой "одинаковости" людей, то есть близости их возможностей, держится все громадное здание "норм выработки" на производстве.

Нормы зависят от технической вооруженности процесса труда и технологии, но никак не приспосабливаются к разным способностям людей. Все должны выполнять норму.

Но оказалось, что не все виды деятельности подчинены этой закономерности. Пытаясь вскрыть закономерности развития

технических способностей, я составил семь технических заданий (для школьников), охватывающих разные стороны технической деятельности.

Это были модели технических работ, доступные для выполнения их детьми разного возраста, начиная с 56 лет. Тут были работы по сборке механизма без инструкций, изготовление модели из проволоки по чертежу, конструированию и.т. п.

Задания имели ступенчатый характер: сначала шли части более легкие для выполнения, а затем все большей и большей трудности, так что каждый мог в зависимости от своих возможностей забраться на одну "ступеньку", на две, три... и т. д., до десяти или даже семнадцати. С этими заданиями я прошел от первого до одиннадцатого класса, давая каждому ученику все семь заданий и записывая не только процент выполнения задания (высшую ступеньку, до которой ученик добрался), но и ВРЕМЯ, затраченное им на эту работу. Рекордсмену, то есть ученику, выполнившему задания на 100% и затратившему минимум времени, давалась высшая оценка - 100 баллов. Если кто-либо выполнял задание также полностью, но затрачивал вдвое больше времени - он получал только 50 баллов, если втрое - 33 и т. д. Выполнившим задание только частично, например на 50%, балл снижался еще вдвое.

Таким образом, каждый из учеников сравнивался по продуктивности работы с самым лучшим - какую долю работы рекордсмена он мог выполнить за одинаковое время.

За два учебных года (1961-1963) мне удалось в виде школьной технической олимпиады измерить продуктивность работы 620 школьников различных классов и построить кривые развития продуктивности работы по отдельным видам заданий и по среднему результату из семи.

Ни одна кривая не была похожа на обычные кривые развития, на все то, что я получал прежде (см. рисунок). Крутизна их подъема (скорость развития) не падала, а в шести кривых из восьми ВОЗРАСТАЛА - вплоть до конца восьмого класса, и они явно не имели никакой асимптоты. Почему? И распределение около среднего значения было явно асимметричным. Смещение вверх ничем и никак не ограничивалось, а явно предполагалось характером самих кривых.

Если самый слабый показывал продуктивность в два-три раза ниже среднего, то самый сильный мог превосходить среднего и в 4, и в 5, и в большее число раз. Видимо, все это потому, что они отражали другую закономерность, говорили о том, что решение таких задач имеет свои особенности. Какие же?

Единственное существенное их отличие состояло в том, что

все задания были совершенно НОВЫМИ для учеников. Никто не учил их, как надо выполнять такие задания, и, значит, решение являлось субъективно ТВОРЧЕСКИМ процессом. Видимо, развитие творческих способностей подчинено иным закономерностям, оно идет отлично от развития обычных видов деятельности в обучении, и надо отделить их от другой - нетворческой части.

Интересно, что продуктивность девочек в решении творческих технических задач, ОДИНАКОВАЯ с продуктивностью мальчиков в 6-7-летнем возрасте (рис. 3), растет значительно медленнее, чем у мальчиков, и к концу восьмого класса составляет всего 40-50% их продуктивности Но даже у девочек ясно видно УСКОРЕНИЕ развития по мере продвижения вперед, по мере роста уровня продуктивности. Ускорение особенно явно выступает на участке суммарной кривой от 4-го до 9-го класса. Здесь годичный прирост составляет: в 5-м классе - 18% к уровню предыдущего класса, в 6-м " - 24% " " в 7-м " - 27% " " в 8-м классе - 27% к уровню предыдущего класса, то есть почти постоянен по величине. Такая закономерность математически может быть выражена показательной функцией вида: ПТ = a exp bt, где e - основание натуральных логарифмов. Правда, кривая почему-то "ломается" в 9-м классе, но это особый вопрос. Важно, что кривые развития, общие по характеру, имеют РАЗЛИЧНУЮ степень изменения кривизны, математически выражаемую разной величиной декремента возрастания - b. Меньше всего крутизна подъема растет у самых слабых учеников, быстрее растет крутизна у девочек, еще заметнее рост крутизны у мальчиков. Все движутся по "своим" кривым и все более РАСХОДЯТСЯ, удаляются друг от друга. Эта "расходимость" кривых развития, видимо, отражает реально существующий процесс, в результате которого получаются столь большие различия в развитии творческих способностей всех людей, хотя исходные данные близки или почти одинаковы у всех.

Так, НОВЫЙ вид кривых, полученных экспериментально, натолкнул на мысль о необходимости разделить каждый вид человеческой деятельности на две различные части - ИСПОЛНИТЕЛЬСКУЮ и ТВОРЧЕСКУЮ.

Идея не новая, по существу, но для изучения проблемы способностей чрезвычайно важная. Только в этом случае становится понятным, почему кривые, которые я строил в процессе обучения разным видам деятельности, имеют вид, изображенный на рисунке 1. Видимо, при обучении мы формируем исполнительские способности, и все они, независимо от вида деятельности, развиваются по своим законам, по своим кривым.

Но допустив, что каждая деятельность состоит из этих двух частей, надо и подходить к ней в зависимости от того, в каком соотношении они здесь находятся.

Если взять машинистку в учреждении или рабочего-прессовщика на заводе, который подкладывает заготовку под пресс и нажимает кнопку или педаль включения, то, видимо, никого не надо убеждать, что вся или почти вся их работа состоит из ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ части. Доля творческой части равна или близка к нулю. Они делают то, чему их обучили, и только. Никаких новых задач, решению которых они раньше не обучались, у них не встречается.

Но уже у слесаря-ремонтника или у шофера обязательно встречаются эти новые задачи. Попробуй определи, почему стала машина или сколько и каких неисправностей имеет станок, который привезли в ремонт.

Тут может выручить только то, что рабочие называют смекалкой, а мы -творческими способностями. Необходимость постоянно решать "новые" задачи, видимо, и заставляет рабочих этой категории развиваться в творческом отношении.

На заводе "Красная Этна" Горьковской области из общего числа рационализаторов. на профессии слесарей по ремонту и наладчиков падает 56% и только 1% на рабочих ручного труда при машинах (прессовщики, сверловщики, шлифовальщики и пр.).

Значит, действительно бывает механическая, одуряющая работа, от которой человек тупеет, иначе не было бы этих потрясающих цифр - 56 и 1.

Управление машиной или механизмом почти целиком состоит из исполнительской части, которую легко приобрести обучением. Маленькие дети поэтому овладевают "управлением" раньше, чем берутся за "разборку", и успешно пользуются телефоном, радиоприемником и даже телевизором. Каждый вид работы требует разной доли творчества, и чем эта доля больше, тем работа труднее и сложнее.

Чисто исполнительская работа, являясь привычной, кажется поэтому более легкой, но она соответственно и требует от человека очень малого, вплоть до того, что, например, работы по управлению машинами могут выполнять даже животные. В печати можно встретить сообщения о том, что обезьяны овладевают управлением автомобилем, мотоциклом, трактором.

Из характера кривых развития исполнительских и творческих способностей вытекает и другой важный вывод. Если в исполнительской деятельности люди мало отличаются друг от друга по продуктивности работы, и для всех поэтому

устанавливаются единые кормы производительности труда, то в творческой работе разница в продуктивности может быть громадной. История техники подтверждает это массой фактов. Вот некоторые из них.

Полтора месяца бились инженеры старой французской верфи над тем, чтобы заставить новый грузовой пароход развивать расчетную скорость в 9 узлов, но он не давал больше 7. Тогда они обратились за советом к известному русскому кораблестроителю А. Н. Крылову, и тот, провозившись час или два над моделью этого парохода, решил задачу.

- Скорость в 9 узлов развивать он должен, но для этого надо укоротить лопасти гребных винтов на шесть дюймов, а обороты гребного вала увеличить, - предложил он. Но Крылову не поверили, так как укорочение длины лопастей уменьшало тягу, и пытались повысить скорость своими средствами и способами еще в течение целого месяца. Только исчерпав все свои возможности и не добившись результатов, решили обрезать лопасти винтов. И что же? В первом же ходовом Испытании пароход развил скорость 9,5 узла. Вот теперь и сравните: целое конструкторское бюро известной верфи, сколько опытнейших инженеров в течение двух с половиной месяцев не могли решить задачи, с которой Крылов справился за считанные часы. Это была, конечно, творческая задача, и превосходство Крылова в уровне развития творческих способностей над французскими инженерами было колоссальным.

Много подобных фактов сообщают люди, знавшие нашего авиаконструктора А. Н. Туполева. Вот он приехал на опытный завод, где строится новый самолет. Самолет почти готов, и скоро начнутся летные испытания.

- Не полетит! - говорит Туполев, обходя самолет и внимательно его

осматривая. Ему, естественно, не верят, но... на испытаниях самолет так и не полетел.

- Вот здесь самолет у вас сломается, - предупреждает Туполев молодого авиаконструктора, просматривая с ним чертежи проекта. Тот спорит, не соглашается, но... через год, встретив снова Туполева, горестно признается:

- Самолет мы все-таки построили, но сломался, проклятый. В том самом месте, где вы говорили! Примеров такого громадного превосходства одних людей над другими история науки и техники знает очень много, но все они относятся только к творческой деятельности, в исполнительской такого не бывает.

Давайте взглянем на сравнительную схему развития исполнительских и творческих способностей у способных и

неспособных людей. Продуктивность работы в исполнительской деятельности (ПИ) быстрее всего растет в начале развития (при обучении), но рост непрерывно ЗАМЕДЛЯЕТСЯ и почти останавливается, приближаясь к рекордному, для данного вида работы, значению. Продуктивность же творческой деятельности (ПТ), характеризующая развитие творческих способностей, наоборот, вначале растет медленно, но непрерывно УСКОРЯЕТСЯ и не имеет пределов развития, пока существуют благоприятные условия.

Второй ряд фактов касается не "структуры способностей", а природы так называемых "задатков".

Можно, например, допустить, что математические способности, как и "задатки" для их развития, встречаются у людей сравнительно редко, в противоположность, например, музыкальным способностям. А как обстоит дело с таким качеством, как способность к овладению человеческой речью? Здесь, видимо, никто не станет спорить, что каждый здоровый ребенок способен научиться говорить и каждый получает при рождении полный запас необходимых для этого "задатков". Но тогда как объяснить такие факты?

Большинство детей, живущих в семьях, в возрасте около одного года начинают говорить. Сначала медленно растет число слов, которые употребляет малыш, но затем темпы овладения языком начинают расти, и к полутора-двум годам новые слова начинают сыпаться как из рога изобилия. В два года малыш уже говорит фразами, а еще через год-два он превращается в человека, хорошо знающего родной язык. Такова обычная картина, знакомая всем. Но вот другая. Дом ребенка. Дети растут без мамы. Вы можете зайти в группу двух- или трехлетних малышей и не услышать ни одного слова. Никто не знает даже своего имени. И это не дефективные дети, а самые нормальные, они просто поздно начинают говорить. Такая картина обычна для домов ребенка. Дети там не только позже начинают говорить, но у них этот процесс идет удивительно медленно, с большим трудом, что сказывается на их общем умственном развитии. Даже, казалось бы, в идеальных условиях, какие созданы в отделении здорового ребенка Института педиатрии Академии медицинских наук (Москва), это можно видеть очень отчетливо. О том, что трех летнему ребенку гораздо труднее обучаться речи, чем полуторагодовалому, писал еще в 30-х годах известный психолог Л. С. Выготский (1896-1934).

В чем же здесь дело? Ведь нельзя же допустить мысль, что эти дети родились с меньшими "задатками", что они не унаследовали от родителей способностей к овладению обыкновенной

человеческой речью!

И, наконец, третий ряд фактов, когда утерянные маленькие дети были воспитаны дикими животными волками, медведями, обезьянами. Науке известно несколько десятков подобных случаев. Дети возвращались в человеческое общество сравнительно поздно - в 8-10-12-летнем возрасте, и их, естественно, пытались научить говорить. Но удивительное дело - ни один из них так и не смог овладеть человеческой речью. Например, девочка Камала, которую в восьмилетнем возрасте взяли из логова волков вблизи Калькутты (Индия), за шесть лет жизни в семье пастора научилась произносить всего... тридцать слов, и к тому же невнятно. С каким же невероятным трудом и как медленно шло ее обучение, если в результате шестилетних усилий получился такой мизерный результат!

Выходит, дело в том, что так называемые "задатки", необходимые для овладения речью, не являются врожденными, как цвет кожи или волос, как широкие скулы или узкий разрез глаз. Они, оказывается, в одних условиях превращаются в способности, и дети легко начинают говорить, в других условиях этот процесс затрудняется и идет медленно, в третьих - он почти совсем останавливается. Видимо, способности, как все психические качества, скорее относятся к тому, что Бидл называет "культурной наследственностью", возобновляемой в каждом новом поколении. Он пишет: "При отсутствии информации культурного порядка мы опустились бы сразу на тот культурный уровень, который существовал сотни и тысячи лет тому назад. Однако при наличии необходимой культурной среды уже в следующем поколении произошло бы его полное восстановление. Не существует ни явных, ни врожденных границ той скорости, с какой культурное наследие может быть утеряно, приобретено, углублено или видоизменено при наличии "нормальных" представителей вида...".

Эти и подобные им факты заставили критически подойти как к принятому в психологии подразделению способностей на "специальные" и "общие", так и к традиционной направленности исследований. Тем более, что сами психологи считают: "Нужно признать существенным недостатком наших психологических работ почти полное отсутствие значительных количественных материалов и статистических исследований как в области проблемы способностей, так и в психологии вообще. Отказ от применения метрики и односторонняя качественная характеристика противоречат требованиям развития предполагающим применение количественной меры", - говорит профессор В. Н. Мясищев в статье "Проблема способностей в

советской психологии и ее ближайшие задачи".

Тот факт, что принятая гипотеза способностей вот уже пятое десятилетие не изменяется и не уточняется, тоже симптоматичен, ибо "...гипотеза не может быть признана научной, если ей суждено всегда оставаться гипотезой. Она должна быть такова, чтобы при сопоставлении с наблюдаемыми фактами оказаться или доказанной, или опровергнутой", - писал К. А. Тимирязев (Соч., т. 8. М., 1939, с. 464). Необходимость сформулировать новую гипотезу, таким образом, назрела достаточно.

Новая гипотеза

1. Деятельность людей содержит в себе, грубо говоря, два типа задач: "старые", решению которых человека учили, которые он делал раньше и для которых приобрел знания, умения и навыки, и "новые", которых он раньше не делал и решению которых не обучался. Основу подавляющего большинства профессиональных работ составляют "старые" задачи.

СПОСОБНОСТИ вообще предполагают умение решать оба типа задач и поэтому складываются ИЗ ДВУХ ПРИНЦИПИАЛЬНО РАЗЛИЧНЫХ ЧАСТЕЙ: ИСПОЛНИТЕЛЬСКИХ и ТВОРЧЕСКИХ способностей. Соотношение этих частей в различных профессиях, у различных людей и в разных видах работ изменяется в очень широких пределах, но подавляющее большинство профессиональных работ требует преимущественно исполнительских способностей.

2. Развитие исполнительских и творческих способностей идет принципиально различно:

А. Развитие ИСПОЛНИТЕЛЬСКИХ способностей вначале идет БЫСТРО но затем, даже при благоприятных условиях, постепенно ЗАМЕДЛЯЕТСЯ (идет с отрицательным ускорением) и имеет ПРЕДЕЛЫ РАЗВИТИЯ - РЕКОРДЫ.

Кривые развития исполнительских способностей близки по виду к кривым семейства:

ПИ = P (1-exp bt)

где ПИ - продуктивность исполнительской работы

P - рекордная продуктивность

b - декремент "затухания"

e - основание натур. логарифмов

t - время

Б. Развитие ТВОРЧЕСКИХ способностей даже при

благоприятных условиях вначале идет МЕДЛЕННО начало остается незамеченным, но идет с "положительным ускорением" и ПРЕДЕЛОВ РАЗВИТИЯ НЕ ИМЕЕТ, может продолжаться безгранично, если сохраняются условия для их развития (на всем активном участке)

Кривые развития творческих способностей близки к показательной функции (экспоненте) вида:

ПТ = a exp bt

где ПТ - продуктивность творческой деятельности

a - коэффициент

e - основание натур. логарифмов

b - декремент возрастания, зависящий от условий развития и величины асинхроната

t - время

3. Методы формирования исполнительских и творческих способностей принципиально различны.

А. ИСПОЛНИТЕЛЬСКИЕ СПОСОБНОСТИ - продукт обучения, продукт УСВОЕНИЯ ранее открытого, продукт запоминания, повторения, тренировки и им подобных методов. Они - главный продукт традиционного обучения, в котором принуждение как движущая сила стоит на первом месте.

Б. ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ - продукт САМОДВИЖЕНИЯ, самостоятельного разрешения задач и вопросов, самостоятельного вскрытия закономерностей и связей между предметами и явлениями, продукт работы мозга по пути "от открытия истин, всем известных, к открытию истин, известных немногим, и, наконец, к открытию истин, никому не известных" (К. Э. Циолковский). Это продукт развития, развития свободного, при котором интерес, увлечение и страсть главные движущие силы.

4. КАЖДЫЙ здоровый (физически и умственно) ребенок, рождаясь, ОБЛАДАЕТ СПЕЦИФИЧЕСКИ ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ головным мозгом, и нервной системой в целом, и КОЛОССАЛЬНЫМИ (тоже специфически человеческими) ВОЗМОЖНОСТЯМИ РАЗВИТИЯ. У него могут развиться как исполнительские, так и творческие способности КО ВСЕМ ВИДАМ человеческой ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. И если физическое развитие значительно предопределяется генетической программой (особенно морфологически), то богатство возможностей умственного развития скрыто не в природе наследственности, а в сроках начала, МЕТОДАХ и УСЛОВИЯХ развития ребенка.

5. Мозг ребенка, составляющий при рождении всего 25% "по массе" мозга взрослого, особенно быстро растет и "дозревает" в первые месяцы и годы жизни (к 9 месяцам удваивается, к 2,5 года

утраивается и к 7 годам он составляет уже 90%). Это "дозревание", то есть рост количества новых клеток и особенно анатомических связей между ними, зависит как от многообразия и интенсивности работы уже существующих структур, так и от того, насколько стимулируется жизнью образование новых. Это "время дозревания" и есть время наивысшей пластичности, наивысшей чувствительности к внешним условиям, наивысших и самых широчайших возможностей к развитию. Это самое благоприятное время для "закладки" и начала развития всего многообразия человеческих способностей.

6. Но развиваться начинают у ребенка только ТЕ способности, для развития которых имеются стимулы и условия к "моменту" этого созревания. Чем благоприятнее условия, чем ближе они к оптимальным, тем успешнее начинается развитие. Так как у каждого ребенка в семье создаются свои особые стимулы и условия для развития способностей, и только каких-то определенных, то дети с самого начала "попадают" на разные кривые и развиваются по-разному, как в отношении состава способностей, так и в отношении успешности их развития. У одних могут развиться только некоторые исполнительские способности, у других к ним могут добавиться творческие. В этот период и складываются те психические особенности, которые у нас потом и называют "природными данными" ребенка. Их может быть много, если деятельность ребенка была разнообразной, и очень мало, если условия для деятельности были убогими. Сказывается на развитии и складывающийся характер ребенка, и его отношения со взрослыми и с детьми, и другие условия.

7. Если созревание и начало функционирования (развития) совпадают по времени, идут синхронно, а условия благоприятны, то возможно "попадание на оптимальную или близкую к ней кривую развития" и тогда: развитие может идти ЛЕГКО - с наименьшей затратой сил и времени со стороны ребенка; развитие может идти БЫСТРО - с наивысшим из возможных ускорением; развитие может достичь НАИБОЛЬШЕЙ ВЫСОТЫ, и ребенок может стать способным, талантливым и даже гениальным человеком.

8. Возможности развития способностей, достигнув максимума в "момент" созревания, не остаются неизменными. Если они "не нужны", то есть соответствующие способности не развиваются, не функционируют, если у ребенка нет необходимых видов деятельности, то эти возможности начинают утрачиваться, деградировать и тем быстрее, чем слабее функционирование.

Это УГАСАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ К РАЗВИТИЮ - НЕОБРАТИМЫЙ ПРОЦЕСС - НУВЭРС (Необратимое Угасание

Возможностей Эффективного Развития Способностей).

9. НУВЭРС особенно сильно и непоправимо "разгибает" кривые развития ТВОРЧЕСКИХ способностей, делает их более пологими, медленнее поднимающимися и тем значительнее, чем больше АСИНХРОНАТ - разрыв во времени между "моментом" созревания и началом развития. Возрастание асинхроната ведет обязательно к затруднению развития, замедлению его и снижению конечного уровня развития, все более и более труднопоправимому.

Легко "разогнуть" кривую развития ребенка в раннем детстве, уничтожив или ухудшив условия успешного развития, но невероятно трудно потом снова "согнуть" ее. Необратимость этого процесса деградации возможностей развития порождает мнение о врожденности творческих способностей, ибо обычно никто не подозревает, что в дошкольном детстве произошло такое "разгибание".

10. Громадная неравномерность в распределении творческих способностей среди людей порождается не только многообразием в условиях жизни детей, но и большой разницей в величине асинхроната, а наша бедность на людей с высоким творческим потенциалом объяснима лишь неизмеримыми жертвами, которые мы пока приносим НУВЭРСУ в силу традиций и незнания.

Такова в главных чертах новая гипотеза способностей. Насколько удачно и полно она сформулирована, это покажет будущее, но в отличие от старой (традиционной) гипотезы она.

а) выделяет две принципиально различные части способностей -исполнительскую и творческую и два пути развития - обучение (школьные методы) и самодвижение (интерес, увлечение, страсть);

б) предполагает, что громадные различия людей в способностях зависят не от природной одаренности, а от стимулов, от сроков начала, методов и условий развития;

в) допускает, что специфика человеческой нервной системы обеспечивает каждому здоровому ребенку развитие любых человеческих способностей и до любых достижимых людьми высот;

г) вскрывая явление НУВЭРСА, придает первостепенное значение раннему (по современным представлениям) развитию способностей, а точнее, оптимальному сроку их развития;

д) придавая первостепенное значение "приобретенному", а не "врожденному", ставит родителей, воспитателей и исследователей в активную позицию, дает им понять, что способный ребенок - не дар природы и успех зависит от них;

е) позволяет начать широкие исследования закономерностей

раннего развития и количественных характеристик НУВЭРСА, могущие привести к важным и далеко идущим выводам;

ж) не будет вечно оставаться гипотезой, так как допускает экспериментальную проверку своих положений.

Гипотеза объясняет факты

С позиций новой гипотезы можно подойти к рассмотрению тех вопросов, которые упоминались ранее.

Дети-дошкольники имеют большую возможность решать "новые" задачи, которым их не обучали, так как могут находить их в жизни, особенно в тот период, когда взрослые еще не могут давать им объяснения (так как дети не умеют еще говорить). Они располагают для этого и достаточным свободным временем, и поэтому ранний расцвет их творческих способностей встречается нередко. Но стоит им пойти в школу и начать систематическое обучение, как количество "новых" задач резко сокращается. В школе ни одному учителю не придет в голову мысль дать задачу, не объяснив предварительно, как ее решать. Значит, в школе ребенок почти не встретит задач, способных продвинуть его в развитии творческих способностей, а свободного времени у него становится все меньше и меньше, пока к старшим классам его совсем не остается. Значит, поступление в школу и переключение на усиленное формирование исполнительских способностей неизбежно приводит не только к остановке, но и к угасанию ярко вспыхнувших творческих способностей. Проблемное обучение, которое способствует в какой-то мере развитию творческих способностей учащихся, только начинает разрабатываться, и его значение в школе пока мало ощутимо.

Вполне объясним с позиций новой гипотезы и факт массового "изготовления" отстающих и второгодников в приютах, в домах ребенка и в "недельных" детских садах. Здесь наибольшее значение имеет хороший присмотр за ребенком и особенно твердый режим дня, при которых малышу нет необходимости решать новые задачи, а также изоляция детей от старших и обеднение обстановки (дети имеют дело только с игрушками и предметами "детского обихода", то есть условия, которых, как правило, не бывает в семьях). Даже для развития речи у них нет удовлетворительных условий, так как взрослых людей мало, а от ровесников своей группы научиться нечему. Говорить они начинают поздно, когда НУВЭРС успеет совершить уже большую

часть своей разрушительной работы, и речь усваивают с трудом.

Если бы математические способности зависели бы от "природы", то есть встречались бы равномерно среди людей, то не было бы "особых" школ, из которых главным образом идет пополнение математических классов. Все школы в равной мере давали бы способных математиков. И если этого нет, то только потому, что в "особых" школах есть "особые" учителя и у них "особая" методика обучения математике, создающая те благоприятные условия для развития творческих математических способностей, каких нет в других школах. А "материал", то есть ученики в этих школах такие же, как и в остальных, если оставить в стороне разницу в культурном уровне семей, тоже являющуюся условием развития способностей. То, что студенты-вьетнамцы имеют хороший музыкальный слух, объяснил еще академик А. Н. Леонтьев, проводивший изучение слуха у студентов. Оказывается, вьетнамский язык шеститональный, и, чтобы понимать друг друга, вьетнамцам надо улавливать колебания в высоте тона произносимых слов. Значит, развивать музыкальный слух малыш начинает в младенчестве, вместе с первым услышанным и первым произнесенным словом. НУВЭРС еще не успевает к этому возрасту произвести те опустошения, какие происходят позже - в возрасте от двух до семи лет, и вот результат - все имеют безукоризненный музыкальный слух.

Люди, занятые практикой развития способностей - математических, музыкальных, художественных и других, интуитивно оценивают, как часто встречаются способные среди других. Но какие бы способности мы ни брали, всюду наблюдается одно и то же: чем старше контингент детей, с которыми имеет дело практик, тем реже встречаются способные дети; и наоборот: чем младше дети, тем чаще встречаются среди них способные, вплоть до утверждения, что "все способные" (учитель музыки М. П. Кравец из Москвы, который берет в школу малышей с двух-трехлетнего возраста, когда влияние НУВЭРСа еще незначительно).

А как объяснить многочисленные факты, когда младшие по возрасту дети обгоняют в развитии своих старших братьев и сестер, или что получается, если дети разного возраста попадают в одинаковые условия? Если условия благоприятны для развития - младшие выигрывают больше старших. У них возможности развития успели к этому времени меньше пострадать от НУВЭРСа. Вот примеры этого.

Сережа и Саша Беленькие в один год поступили в 5-ю школу Киева, хотя Сережа на два года моложе. Уже в 3-м классе стало заметно превосходство младшего, а в 4-м он значительно ушел от

брата.

Жора Агзамов, одиннадцатилетний ученик 1-й алмалыкской школы Ташкентской области, стал чемпионом города Алмалыка по шахматам. В соревнованиях, в которых принимали участие перворазрядники, он набрал 16 очков из 17 возможных... На очко меньше юного чемпиона набрал его старший брат Валерий.

Х. Р. Капабланка в 4-летнем возрасте с одной партии научился правилам игры в шахматы.

Экс-чемпионка мира по шахматам Нона Гаприндашвили с пяти лет играла в шахматы с отцом и пятью старшими братьями. Условия для развития способностей, видимо, были в семье примерно одинаковые для всех, но высших результатов достигла младшая - Нона.

Эти последние факты, видимо, нельзя считать строгой закономерностью, потому что, кроме возраста, на весь ход развития влияет еще и напряженность деятельности, а это уже продукт увлеченности самого ребенка. При прочих равных условиях время начала развития сказывается тем заметнее, чем ближе лежит начало развития к "моменту" созревания - чем меньше асинхронат.

Если согласиться с гипотезой, то природа обеспечила всем здоровым детям возможность развития по самым "крутым" кривым, но мы по незнанию или из стремления создать "счастливое детство" делаем их кривые развития более пологими, не создавая для развития благоприятных условий и - ГЛАВНОЕ - ОПАЗДЫВАЯ С НАЧАЛОМ РАЗВИТИЯ! Трагедия в том, что этот процесс "разгибания" кривых развития НЕОБРАТИМ.

ЛИШИВ РЕБЕНКА СВОЕВРЕМЕННОГО И ПОЛНОЦЕННОГО РАЗВИТИЯ В МЛАДЕНЧЕСТВЕ И ДОШКОЛЬНОМ ДЕТСТВЕ, МЫ ТЕМ САМЫМ ОБРЕКАЕМ ЕГО НА ВСЮ ЖИЗНЬ НА НИЗКИЕ ТЕМПЫ РАЗВИТИЯ, НА ГРОМАДНЫЕ ЗАТРАТЫ СИЛ И ВРЕМЕНИ НА ЭТО РАЗВИТИЕ И НА НИЗКИЙ КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ и еще утверждаем: "Такой уж он уродился".

И это удел БОЛЬШИНСТВА детей!

Уже в школе можно видеть плоды этого: "из числа поступивших в первые классы (школ РСФСР) в 1958/59 учебном году 60% окончили восемь классов, ни разу не оставаясь на второй год". А что же было с остальными 40%, которые просидели лишний год или два в школе? Оказывается, "...как раз такое число выпускников восьмых классов не пошло учиться в средние специальные учебные заведения или в девятые классы массовых школ". Неужели у 40% наших ребятишек природа заложила "задатки второгодничества" или столь плохи у них условия для развития? Чем позже начинается развитие, тем медленнее оно

идет, труднее его осуществлять и тем ниже конечный результат развития. Но чтобы исправить положение, чтобы уменьшить или ликвидировать асинхронат и его следствие - НУВЭРС, гипотеза должна дать хотя бы приблизительные данные о том, где лежит наивыгоднейшее время начала развития различных творческих способностей.

В отношении технических способностей некоторые отправные данные могут дать экспериментальные кривые, приведенные на рисунке 2. Каждая из них показывает ход развития творческих способностей к одному из видов технических работ - от простого составления эскиза по модели, очень близкого к тому, что в обиходе называют "рисованием", - до конструирования модели по техническому заданию, подобного реальным задачам, решаемым конструкторскими бюро.

Все кривые на начальном участке (I-IV кл.) имеют вид прямых. Это позволяет графически экстраполировать их и посмотреть, откуда они начинаются (прерывистые линии). Это, оказывается, и возраст 2 года (1 -рисование), и 3 года (общая кривая продуктивности), и 4 года (сборка механизма), и 5, и 6, и 7 лет. О чем это говорит? О том, что НАЧАЛО ТВОРЧЕСКОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ явно ЛЕЖИТ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ даже у детей, для которых условия этого развития были далеко не оптимальными.

Вот первый вывод, далекий от обычных представлений.

Но это для творческой технической деятельности. А как с математической, физической, химической? Когда они должны начинаться? Вот еще ряд фактов: "Эймару Эдеру из предместья Мюнхена - Гархинга всего 8 лет, но он уже известен как талантливый математик. В школе его просто освободили от уроков математики. Сейчас Эймар особенно увлекается разработкой программ для электронно-счетных машин. Он помогает в этом своему отцу, который работает научным сотрудником в институте физики плазмы имени Макса Планка".

"Десятилетний Майк Грост - самый юный студент в американском штате Мичиган и, вероятно, во всем мире. Майк, отличающийся изумительными способностями в области математики, был принят в университет в качестве вольнослушателя, а спустя год зачислен студентом".

"Американскому химику Скотту Шерману всего... 7 лет. В три года он научился читать, в пять ему на глаза попался учебник химии. Этой осенью Скотт пошел во второй класс начальной школы и одновременно в университет. Там он проводит по нескольку часов кряду, согнувшись над пробирками".

"Мейбл Томпсон научилась читать в возрасте 21 месяца.

Когда девочке исполнилось 26 месяцев, она начала учиться писать. Но самое интересное то, что играм в куклы и прочим развлечениям маленькая англичанка (ей 4 года) предпочитает сейчас занятия алгеброй, тригонометрией и физикой".

"К семи годам Норберт (Винер) знал не меньше любого студента. Поэтому неудивительно, что в 9 лет, минуя восьмилетнюю школу, он поступил сразу в среднюю. В 12-13 лет он уже учился в Гарвардском и Корнельском университетах. В 14 лет в Тафтс-колледже он получил степень бакалавра, а в 18 лет в Гарварде - степень доктора философии. Норберт Винер стал математиком. Это его увлечение осталось на всю жизнь. Оно привело его в 1948 году к созданию кибернетики".

Фактов подобного рода много, старых и новых. Они проявляются в печати непрерывно. Все они кажутся удивительными, но с точки зрения новой гипотезы говорят лишь о том, что между "моментом" созревания ребенка к началом развития, то есть временем, когда ребенок начинает заниматься у нас математикой, физикой, химией, лежит громадный просвет - асинхронат.

Программированием обычно можно заняться, только окончив 10 классов и получив, кроме того, солидную дополнительную подготовку по математике, то есть не раньше 18 лет, а здесь... в 8 лет.

Поступить в университет в 17, а здесь в... 7-10 лет.

Заняться химией в 7-м классе школы, то есть с 14 лет, а здесь с... 5 лет. Обычно такие случаи называют "ранним развитием". Находятся и такие, кто назовет их "преждевременным развитием". Но странное дело: почему у нас нет случаев раннего развития речи? Почему есть только нормальное - где-то около одного-полутора лет и позднее - в два, три, четыре года? Психологи изучают, анализируют и описывают это отставание.

С точки зрения новой гипотезы это естественно. Учить говорить ребенка начинают буквально со дня рождения. Он слышит речь в семье каждый день и почти с утра до вечера и поэтому заговорил бы раньше срока, если бы... созрел психофизиологически. Короче - оптимальные условия для развития речи, или близкие к ним, существуют уже до начала созревания малыша, и развитие идет здесь вместе с созреванием - синхронно. А вот условий для развития других способностей математических, физических, химических, технических и т. п., да еще близких к оптимальным, у нас, конечно, нет, и наш "здравый рассудок" и прошлый опыт не позволяют их иметь ни в семье, ни в детском саду, ни в начальной школе.

Существование случаев раннего развития способностей,

таким образом, доказывает опять-таки лишь тот факт, что наше "нормальное" развитие в действительности есть очень позднее развитие.

Стихийная общественная практика дает богатый материал и в области усвоения иностранных языков. Тут следует оговориться, что "языковое" развитие только, может быть, на первых стадиях, в самом начале, идет по экспоненте с ее характерными признаками - медленным подъемом вначале, а затем все более и более ускоряющимся. Но способность к усвоению языка столь же быстро и необратимо деградирует при наличии асинхроната, как и творческие способности. Эти факты из области "языкового развития" позволяют опять-таки утверждать, что нет индивидуальной способности к усвоению иностранных языков, а что есть человеческая, но страдающая в большей или меньшей степени от НУВЭРС.

"Каждое утро Андрей Зонов, уходя в школу, прощается с родителями по-русски, придя в класс, здоровается с учителями по-французски, а во время переменок разговаривает с приятелями по-английски. Удивительно, не правда ли? Но не для пятисот учеников интернациональной школы при ООН в Нью-Йорке - здесь это явление самое обычное... Пятилетние малыши начинают учение с французских песенок, для многих это третий язык... юные представители 59 стран говорят на 38 языках, для них не существует лингвистических барьеров..."

Приближение начала развития к началу созревания приводит к тому, что все оказываются способными к успешному овладению иностранными языками, в отличие от взрослых. Это хотя и стихийное и неосознанное, но реальное наступление на НУВЭРС и победа над ним в одной области.

И еще одна закономерность выявляется из практики полиглотов - людей, знающих много, 10-20-30 иностранных языков. Во-первых, они начинают изучать языки молодыми. "В семнадцать лет - десять языков" (Саша Росляков из Челябинска). "Анатолий Юдакин владеет 30 языками, а ему всего 22 года" (г. Донецк).

А во-вторых, только усвоение первых языков требует времени около года, а затем... они, как и известный полиглот - немецкий археолог Генрих Шлиман (1832-1913), изучают языки все быстрее и быстрее и доходят до сказочной быстроты - 6-8 недель на новый язык.

Продуктивность "языковой" способности полиглотов подчиняется, таким образом, той же закономерности - растет, непрерывно ускоряясь, и видимо, не имеет пределов (Джузеппе Меццофанти (1774-1842) знал около ста языков, академик Марр

владел 57 кавказскими диалектами и т. п.). Каким убожеством выглядит наша практика обучения иностранным языкам в средней школе, если ее сравнить с действительными возможностями детей, проявляющимися сейчас лишь в виде исключения!

Опыт и проверка гипотезы

Научный эксперимент, которого требует новая гипотеза способностей, организовать пока не удалось по ряду причин, и поэтому здесь речь пойдет лишь о нашем семейном опыте, опыте воспитания и развития семерых малышей. Этот семейный "эксперимент", если его можно так назвать, начался еще до того, как гипотеза творческих способностей приобрела ту форму, о которой я сейчас пишу. Все было проще: и замысел, и средства. Удивительными оказались только результаты. Они превзошли все наши ожиданья и вложили весомую долю в попытку сформулировать новую гипотезу.

Мы, как и многие родители, хотели, чтобы наши дети были не только здоровыми, но и хорошо развитыми умственно и физически. Но как этого достигнуть, мы представляли себе довольно смутно. Знали, правда, что подавляющее большинство талантливых людей уже в детские годы обращали на себя внимание своим высоким развитием, своею "одаренностью", но при этом мы видели, как беден обычно мир детей, как ограничен он игрушками и многочисленными запретами, как мало он может дать для их развития. И мы усомнились в верности многих педагогических и медицинских рекомендаций, особенно касающихся сроков начала развития, усомнились даже в том, что под ними есть достаточно научная база. Иначе почему бы другим странам начинать школьное обучение не в семь, а в 6, в 5, в 4 и даже в 3 года?

И для своих детей мы решили, насколько это позволили скромные ресурсы семьи учителей, РАСШИРИТЬ детский мир и дополнить его миром реальных вещей, инструментов, материалов, приборов, книг, человеческих отношений - всем тем, что составляет наш "взрослый" мир.

Инструменты были маленькими, но настоящими - перочинный нож был острым, а топорик рубил доски, ими можно было работать на маленьком верстаке, и для этого были материалы. На весах можно было взвешивать с точностью до

одной десятой грамма, на спортивных снарядах - кольцах, турниках, канатах - заниматься гимнастикой всерьез. Даже многие игрушки были не игрушечными: из больших деревянных кирпичей и досок можно было построить дом и влезть в него, из электроконструктора провести в "доме" электрический свет от "станции"-трансформатора, по настоящим чертежам собрать модель из кирпичей или согнуть ее из проволоки. На стенах комнат были географические карты, таблицы, схемы, азбука. На полках приборы, конструкторы, справочники, школьные учебники. Комнаты стали напоминать лаборатории и спортивный зал. И в этом маленьком, но настоящем мире мы предоставили детям очень большую свободу деятельности. Здесь были даже настоящие опасности -лесенка и канат поднимались до потолка, и оттуда можно было упасть, инструменты были острыми, и ими можно было поранить руки и ноги, клеммы трансформатора находились под напряжением до 250 вольт, и током могло "ударить". Мы дали возможность детям познакомиться со всеми опасностями и, убедившись в их осторожности, сняли массу педагогических ограничений и норм. А затем стали наблюдать, как идет развитие в сравнительно свободных и необедненных условиях. Условия были такими, чтобы помогать развитию, точнее - появлялись раньше, чем оно начиналось. При этом мы, взрослые, конечно, не оставались посторонними наблюдателями, а старались принимать самое деятельное участие в жизни детей. Мы еще не знали, когда ребенок способен научиться читать, и поэтому уже у годовалого сынишки были буквы на картонках и кубиках, кусок линолеума на стене вместо классной доски и мел, карандаши и бумага, буквы из пластмассы и проволоки, букварь и детские книжки для первого чтения. И так не только для грамоты, но и для счета, конструирования, гимнастики, труда и прочего, что нам удавалось сделать.

Результаты не заставили себя ждать. Они были столь неожиданными, что заставили глубоко увязнуть в начатом деле и докопаться до НУВЭРС.

Оказалось, что читать ребятишки могут научиться очень рано - Алеша прочел первое слово в 2 года 8 месяцев, Антоша - в 3 года и 3 месяца, Аня и Оля в 3 года 4 месяца. К трем с половиною годам они овладевают счетом, как школьники-первоклассники, а с умением читать приходит интерес к географической карте, книгам и даже к школьным учебникам. Легко и просто, иногда в разговоре за завтраком, могут постигнуть какую-нибудь премудрость из школьной грамматики и арифметики или принести к "завтраку" в виде задачки папе или маме признаки делимости чисел. К шести годам могут нарисовать план пути,

прекрасно разбираются в географических картах и свободно ориентируются на местности и в городе. В пять лет Алеша уже ходил за полтора километра в молочную кухню за кефиром для сестренки, семи с половиной поехал первый раз из Болшева в Москву (25 км на электричке) за авторучкой, а в одиннадцать мы не побоялись отпустить его одного даже в город Горький с серьезным поручением. За два года до школы малыши уже знали нумерацию чисел до миллиона, оперировали с простейшими дробями, легко пользовались мерами длины, веса, времени. Наслышавшись о школьной перегрузке, о многочасовом сидении за домашними уроками чуть не с первого класса, о трудностях новой программы, мы с некоторым опасением ожидали поступления наших малышей в школу. Но первый год оказался легким. Алеша за ГОД окончил программу ТРЕХ классов (полгода учился во втором и полгода в третьем) и перешел в 4-й, хотя судя по той легкости, с какой он справлялся со школьными уроками, он мог перейти даже в 5-й. Мы не использовали этой возможности и теперь очень жалеем об этом, потому что программа четвертого класса оказалась для него слишком простой, а нагрузка очень малой, так что Алеша не только разленился за год, но даже отстал в развитии от Антоши, который за ГОД окончил ЧЕТЫРЕ класса (полгода во 2-м и полгода в 4-м) и догнал старшего брата.

Девочки тоже учились в школе хорошо, трое - отличницы, но Оля училась в каждом классе по целому году, Аня поступила сразу во второй класс, причем в середине года, а Юля "перепрыгнула" из первого в третий.

Самым большим плюсом в учебе ребятишек была та удивительная легкость, с которой они познавали школьную премудрость. Все тратили потрясающе мало времени на домашние уроки, часто первыми заканчивали всякие контрольные работы, с удовольствием брались за доклады, сообщения, информации и общественные обязанности. Восьмиклассники Алеша и Антон целый год вели кружок "Умелые руки" в третьем классе, то есть руководили почти своими ровесниками. Все эти годы нас не покидало чувство, что наши дети работают с большой недогрузкой и мы с радостью использовали первую же возможность поместить Аню и Юлю в акробатическую школу (1975 г.), где они через год уже оказались победителями в соревнованиях Калининграда и получили первый юношеский разряд по акробатике.

В это время пятеро старших обгоняли сроки школьной учебы в сумме на 10 лет, хотя могли бы и на 12-15 лет. Вот какая картина учебы была в конце 1973 года: Алеша (14 лет) - в педагогическом училище в Москве, Антоша (13 лет) - в 10-м

классе математической школы (Москва), Оля (11 лет) - в 6-м классе Болшевской школы No. 1, Аня (9 лет) - в 4-м классе, а с февраля 1974 года в 5-м классе, Юля (7 лет) - в 3-м классе Валентиновской школы, Ваня (4 года) - знал все буквы и цифры, считал до 100, Люба (2 года) узнавала 11 букв, считала до трех. Интересные результаты показала проверка старших ребятишек по тестам Векслера на "общую одаренность". Оля набрала 115 баллов (100 баллов набирает средний ребенок), Алеша 132 балла (130 и выше набирают 2-3% детей), Антоша - 154 балла (160 - потолок шкалы).

Чем объяснить, что разница в развитии в это время оказалась столь значительной? Ведь дети из одной семьи. Самые существенные различия были у них в длительности школьной учебы: Оля училась в начальной школе - 4 года, Алеша учился - 2 года, Антоша - 1 год.

Выводы делать из этого сопоставления еще рано, но сам факт заставляет задуматься. Видимо, в начальной школе главным является развитие исполнительских качеств в ребенке, а развитие творческих останавливается.

Раннее овладение чтением, оказывается, ведет к грамотному письму даже до усвоения грамматики и синтаксиса, позволяет воспитать невероятную тягу к печатному слову и сохранить ее на всем протяжении школьной учебы. У нас даже получилась своеобразная проверка вопроса: в каком возрасте лучше обучаться грамоте и чтению? Шестеро ребятишек, учась грамоте играя, зачитали необычно рано - между 3,5 и 5 годами и не испытывали затруднений в школе при обучении русскому языку и литературе. И только один Ваня начал читать книги "нормально" - в третьем классе, когда ему было 10 лет, он самостоятельно одолел "Робинзона Крузо" Д. Дефо. Но он оказался единственным, кому грамотное письмо доставалось с трудом (иногда он получал даже "двойки") и кто вынес из школы неприязнь ко всякому письму и сочинениям. И если бы не его страсть к машинам, механизмам и всякой практической деятельности, где он просто виртуоз, он мог бы сильно отстать в развитии.

Ребятишки сообразительны, легко выходят из всяких жизненных затруднений. Могут выполнить, и весьма успешно, творческие задания, а Юля в день своего 7-летия подарила маме свою первую книгу. В книге 6 страниц, издана она тиражом 4 экземпляра, рисунки делал автор, и там хороший рассказ о поездке летом на юг пятерых старших ребятишек. Антон примерно уже с 10 лет превосходил взрослых в некоторых видах интеллектуальной деятельности (это видно при выполнении многих психологических тестов, требующих быстроты протекания

мыслительных процессов). Девятилетняя Аня могла успешно соревноваться с восьмиклассниками в чтении чертежей и построении моделей по чертежу.

Чтобы оценить с количественной стороны меру изменений в сроках начала развития наших детей, мы построили схему.

СХЕМА "РАННЕГО" И "НОРМАЛЬНОГО" НАЧАЛА УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

21 Читает простой чертеж
20 Начала географии, карта
19 Знакомство с планом
18 Начала природоведения
17 Знакомство с дробями
16 Знакомство с мерами
15 Читает бегло (80 слов в мин) 14 Считает до 1000
13 Сложение, вычитание
12 Считает до 100 (нумерац.)
11 Пишет письменными буквами
10 Считает до 20
9 Начала читать
8 Знает все буквы
7 Знает 3-4 буквы
6 Называет геометр. фигуры
5 Считает до 10
4 Считает до 2
3 Говорит фразами
2 Говорит 10-12 слов
1 Понимает слова

В этой схеме "раннего" и "нормального" начала умственного развития детей можно увидеть, насколько нам удалось сдвинуться в сторону более раннего развития и какую величину асинхроната обнаружить. По оси ординат указан перечень некоторых ориентиров в умственном развитии детей, выбранных потому, что их можно объективно измерить. Перечень составлен в той последовательности, в какой их обычно достигают дети. По горизонтальной оси отложен масштаб времени (возраст). Время достижения ориентиров для "нормального" развития взято из "Программы воспитания в детском саду" (1964 г.) и "Программ восьмилетней школы" (1965 г.), а "раннего" - из средних результатов наших пяти, шести или семи ребятишек. И хотя это только схема, в которой масштаб выдержан лишь по одной оси, она ясно показывает, как велико запаздывание даже по сравнению с далеко не идеальными условиями развития, которые нам удалось создать в нашей семье. Наши дети отставали сначала в развитии речи, так как, видимо, на втором году жизни мало

общались со взрослыми (взрослых было только двое, и один, как правило, на работе, а второй занимался домашними делами). Но с другой стороны они неизмеримо лучше использовали время от 3 до 7 лет, тогда как для "нормальных" детей это время очень малой интеллектуальной нагрузки и больших потерь от НУВЭРСа.

Сравнивая обе кривые развития, легко видеть, что усвоение букв и цифр, умение читать и считать может, оказывается, проходить на 4-5 и даже 6 лет раньше, чем принято. Значит, "нормальные" дети в дошкольном возрасте (почти горизонтальный участок от 3 до 6 лет) теряют много времени даром и удивительно высокие возможности их к познанию и развитию почти не используются. У наших же детей, несмотря на стихийность и неуправляемость этого процесса, развитие шло более успешно. Видимо, "лесенка возрастов" со "ступеньками" в два года создавала благоприятные условия для передачи знаний от старших младшим, а обстановка игры и непринужденности не притупила детское восприятие.

Школа и способные дети

С тех пор, когда были написаны эти строки, прошло более пятнадцати лет. Срок в жизни детей огромный. Они выросли, и уже никто не ходит в школу. Но внимание к нам и нашему "нетрадиционному воспитанию" продолжает расти не только в СССР, но и за рубежом. Вышли книги о нашем опыте ("Мы и наши дети", "Развивающие игры"), снято 4 кинофильма, идет поток писем и посетителей (более 1000 человек в год). И это несмотря на то, что большинство прогнозов, сделанных специалистами, были устрашающими: "раннее развитие вредно, раннее развитие опасно", "дети не выдержат таких больших физических и умственных нагрузок", "дети будут много болеть". Но по мере того, как росли дети, выяснилось, что "нетрадиционное воспитание" приводит к целому ряду удивительных результатов. Во-первых, дети почти избавились от простудных заболеваний (ОРЗ), этой "чумы XX века", составляющих в городах до 80-90% всех детских болезней, во-вторых, они сильны физически - отрывают от земли груз в 2-4 раза больше собственного веса, и в-третьих, легко учились в школе (обгоняя сверстников на 1-2-3 и даже 4 года), в техникумах и училищах (пятеро имеют "красные дипломы") и в вузах (в некоторых семестрах получали повышенную стипендию)

И меня, конечно, интересовало, как идет развитие творческих способностей детей в это время. Тестов на определение их уровня мне найти не удалось, но книга Г. Айзенка "Проверьте свои способности" ("Мир", М., 1972) оказалась весьма кстати. Правда, тесты предназначались для определения "общего уровня способностей" и для возраста от 18 до 50-60 лет, но привлек сам подход к проблеме. Г. Айзенк утверждает, что "скорость протекания умственных процессов есть фундаментальный базис интеллектуальных различий между людьми". А это и мне казалось самым главным, и я предложил тесты детям, не смущаясь тем, что им далеко до взрослости, и строго соблюдая требования инструкции к ним.

Тесты для взрослых выполнили не только 15-12-летние, но и 10-летняя Аня, и... чего я не ожидал - 7,5-летняя Юля. Таким образом, по тестам дети к 7-9 годам выходили на уровень среднего взрослого, а затем значительно превышали его (выше 130 баллов показывает только 1-3% взрослых). Через 4 года, предполагая, что тесты достаточно хорошо забыты, я повторил проверку, причем для уверенности давал не по одному, а по два-три разных теста и учитывал средний результат нескольких измерений.

Родители оказались на уровне своих 9-10-летних детей, что, конечно, было немножко обидно, но с другой стороны, я стал относиться к детям с гораздо большим уважением, чем это обычно принято в семьях, и в выигрыше оказались как взрослые, так и дети.

Теперь оставалось сравнить наших детей с детьми, получившими обычное, традиционное развитие. Но тесты для взрослых здесь явно не годились, дети не могли с ними справляться, и надо было искать что-то иное, что могло быть одновременно доступным и для ребенка-дошкольника, и для оканчивающего 10-й класс школы. К счастью, в нашей семье более десяти лет в качестве игрушки были в ходу кубики Косса (я нашел в психологическом журнале 20-х годов описание этого теста и изготовил несколько наборов таких кубиков). Неизменный и многолетний интерес детей к этим кубикам, порожденный, видимо, оригинальной четырехцветной окраской их граней и возможностью составлять огромное число самых разнообразных узоров, натолкнул на мысль разработать из них сначала развивающую игру "Сложи узор", а затем и тест, значительно совершеннее исходного. Так появился тест для измерения "продуктивности умственной работы" детей (вариант 1.1.1974 г.). Он состоял из 15 задач, возрастающих по сложности, от доступных 3-летнему малышу до представляющих уже серьезную

трудность старшим детям и взрослым.

Подсчитав процент выполнения заданий и рекордные результаты на каждом (на 410 пробных испытуемых разного возраста), мне удалось хорошо ранжировать задания и определить меру сложности каждого в баллах.

Измерение продуктивности состояло в последовательном предъявлении узоров-заданий и фиксировании по секундомеру времени их выполнения. В протоколе записывалось "до которой из 15 ступенек испытуемый смог добраться" и какое время на это затратил (за какое время успел сложить из кубиков узор, подобный узору-заданию). Общее количество выполненной работы измерялось суммой баллов Сб, полученной за выполненные задания (от 0 до 60), а продуктивность Пур рассчитывалась по формуле: Пур = Сб Сврек / Свфакт, где Сврек - сумма рекордных времен по каждому из выполненных заданий, а Свфакт - фактически затраченное время.

Тест был хорош в нескольких отношениях:

1. Не требовал никакого предварительного обучения и результат не

зависел от какой-либо обученности, то есть даже неграмотный дошкольник мог справиться с простейшими заданиями.

2. Требовал сравнительно мало времени (10 минут в среднем) на одного ребенка.

3. Позволял легко и быстро подсчитывать результаты измерений.

4. Результаты измерений не только часто, но и почти полностью совпадали с оценкой способностей ребенка, данной воспитателем или учителем (пусть не строгое, но для практики достаточное доказательство валидности теста).

Пробные попытки применить тест для измерения продуктивности целых групп детей в детском саду и классов в школе обрадовали меня результатами. Во-первых, средние значения продуктивности группы детей давали малый разброс, то есть первый класс в конце года или дети в возрасте 8 лет в любой школе давали один и тот же результат (около 3 баллов по моей шкале), во-вторых, результаты детей от 3 до 8 лет ложились по кривой, близкой к экспоненте, а далее шли почти по прямой линии, то есть экспериментальная кривая была близка по форме к кривой развития творческих способностей. Выходило, что найден "инструмент" измерения "творческого компонента" способностей ребенка, достаточно совершенный для применения на практике.

Позже - в 1979 году - мне удалось испытать его в школе No.

587 (Москва) в классе учительницы Софьи Николаевны Лысенковой, у которой дети учатся необычно радостно и увлеченно и не только хорошо подготовлены (показывают хорошие знания), но и высоко развиты. Какую разницу в продуктивности работы покажет класс в сравнении с нормой?

В 1-м "В" классе было 33 ученика, средний возраст их - 8 лет, а продуктивность их работы оказалась как у 9-летних. Значит, дети ее класса получили за год такое развитие, какое другие приобретают за 2 года.

Второе такое измерение в 1984 году, но уже в 3-м "В" классе С. Н. Лысенковой поразило еще больше: 23 ученика, средний возраст которых был 10 лет, показали такую продуктивность, на какую способны дети в 12,5 года. Значит, можно, несмотря на НУВЭРС, не менее чем вдвое быстрее развивать "творческий компонент" способностей. Значит, современная методика работы в начальной школе может быть усовершенствована (книга С. Н. Лысенковой "Когда легко учиться". М., 1985), и весьма значительно. Жаль только, что меру этого совершенства никто больше не измеряет и удивительные успехи учительницы С. Н. Лысенковой известны немногим.

Но для построения сравнительного графика пришлось проделать огромную работу. За два с половиной года тест позволил измерить продуктивность 1400 детей в возрасте от 3 до 17 лет. измерениям подвергались целые группы детского сада или школьные классы. Рассчитывалась средняя продуктивность каждой возрастной группы (линия "средние"), и выписывался самый лучший из результатов (линия "способные") и самый худший из результатов (линия "неспособные"). По ним построен экспериментальный график.

По оси абсцисс отложен возраст детей, по оси ординат -"продуктивность умственной работы". За единицу измерений взят "средний результат взрослых" (показанный 107 испытуемыми и равный 12 баллам по тесту). Так как у Г. Айзенка средний взрослый набирает 100 баллов и решает, например, 10 задач из 40, то это значит то же, что 12 баллов в тесте на продуктивность. Если решает вдвое больше (20 задач), то Айзенк оценивает его результат в 125 баллов, а в тесте на продуктивность вдвое более высокому результату дается 24 единицы. Так удалось совместить обе шкалы и, пусть не очень точно (погрешность порядка 10%), но для практики достаточно приемлемо, сравнить кривые развития детей при "традиционном" и "раннем" развитии. Для четвертой кривой точки взяты из сводной таблицы коэффициентов интеллектуальности.

Может, конечно, возникнуть вопрос: почему не проверил

автор и своих детей по тесту на продуктивность, чтобы не надо было совмещать разные системы проверки? Такая проверка была бы неправомерной - дети много лет играли кубиками Косса, и это давало им огромное преимущество перед теми, кто эти кубики видел впервые. Пробные проверки подтвердили это предположение, и поэтому результаты не приводятся. А допущение, что продуктивность умственной работы пропорциональна общему уровню способностей, можно сделать с большим основанием. Если мы считаем, что "скорость протекания умственных процессов есть фундаментальный базис интеллектуальных различий между людьми", то какими бы способами мы ни измеряли эту скорость, мы должны получать одинаковый результат, если наша методика объективна. Тест на продуктивность определяет эту скорость как "количество умственной работы" за измеренный промежуток времени, а у Айзенка дается стандартный отрезок времени (30 минут) и считается число задач, решенных за это время (а дается их в 4-5 раз больше того, что может решить средний взрослый). Совмещение 100 баллов с 12 баллами продуктивности и есть признание, что "скорость протекания умственных процессов" у среднего взрослого является постоянной величиной, хотя бы на период измерения.

Другие подтверждения правильности Гипотезы

Отдельные положения новой гипотезы находят подтверждения и обоснования в работах исследователей прошлого и особенно у современных. Одним из первых исследователей, кто реально пробил брешь в стене НУВЭРС, была итальянский педагог Мария Монтессори (1870-1952 гг.). Основываясь на ее работах, Л. С. Выготский еще в начале 30-х годов писал: "...Обучение оказывается наиболее плодотворным только тогда, когда оно совершается в пределах определенного периода... Этот период называют... сензитивным периодом... факты, найденные Монтессори, сохраняют всю свою убедительность и всю свою силу. Ей удалось, например, показать, что при раннем обучении письму в 4,5-5 лет у детей наблюдается такое плодотворное, богатое, спонтанное использование письменной речи, которое никогда не наблюдается в последующие возрасты и

которое дало ей повод заключить, что именно в этом возрасте

сосредоточены оптимальные сроки обучения письму, его сензитивные периоды". В дальнейшем, к сожалению, вопрос о сензитивных периодах не исследовался, а работы Монтессори и особенно ее ценные методические находки были у нас забыты.

Блестящие выводы сделал наш психиатр В. Л. Леви, изучая биографии гениальных людей. "Реальным представляется, что гениальность - не отклонение, не "аномалия" человеческого ума, как склонны полагать некоторые, а, напротив, высшая полнота его проявления, обнаружение природных возможностей". Леви выделяет два полюса гениальности, между которыми лежит гамма постепенных переходов. "Представителей одного полюса можно было бы по традиции назвать гениями "от бога", представителей другого - гениями "от себя".

Гении "от бога" - Моцарты, Рафаэли, Пушкины - творят так, как поют птицы, страстно, самозабвенно, и в то же время естественно, непринужденно, играючи. Они, как правило, вундеркинды: в начале жизненного пути судьба им благоприятствует, и их Обязательное трудолюбие сливается воедино со стихийным, непроизвольным творческим импульсом... Огромная избыточность "специальных" способностей проявляется у них на фоне сравнительно скромных волевых качеств... У гениев "от себя" развитие медленное, иногда запоздалое, судьба довольно жестока и даже порой изысканно, зверски жестока. Здесь фанатическое преодоление судьбы и фанатическое преодоление самого себя.

В исторической веренице выдающихся людей этого типа мы видим застенчивого, косноязычного Демосфена, ставшего величайшим оратором Греции; здесь наш гигант Ломоносов, преодолевший свою великовозрастную неграмотность... здесь упрямый, яростный Вагнер, овладевший нотным письмом лишь в двадцать лет.

Многие из этих людей в детстве и юности производили впечатление малоспособных и даже тупиц. Джеймс Уатт, Свифт, Гаусс были "пасынками школы", считались бездарными. Ньютону не давались школьные физика и математика. Карлу Линнею прочили карьеру сапожника. Гельмгольца учителя признавали чуть ли не слабоумным... "У тебя только и есть интерес, что к стрельбе, возне с собаками и ловле крыс, ты будешь позором для себя и своей семьи", - говорил отец Чарлзу Дарвину, величайшему гению биологии.

У гениев "от себя" надо всем преобладает несокрушимая воля, неуемное стремление к самоутверждению. У них колоссальная жажда знаний и деятельности, феноменальная работоспособность. Работая, они достигают вершин напряжения".

Как отчетливо здесь видно, что гении "от бога" - это те, кто случайно избежал в раннем детстве губительного действия НУВЭРСа и рано начал развиваться, а гении "от себя" только чудовищным напряжением сил преодолевают его последствия.

Яркое подтверждение действия НУВЭРСа приводит Л. А. Верман, руководивший 30 лет детской автотрассой в Москве. Чтобы выработать навык управления автомобилем, 10-летнему "шоферу" надо всего 3 часа, набранных "кусочками" по 10-15 минут в день. Для 14-15-летнего мальчика требуется уже 10-12 часов, а для взрослого не менее 50 часов практической езды на автомобиле. Как же быстро угасают способности к обучению, если даже после 10-летнего возраста они слабеют в 17 раз! И так, конечно, не только в искусстве вождения автомобилем.

В работах шведского нейробиолога Холгера Хидена есть чисто биологическое подтверждение явления НУВЭРСа: "...эксперименты, проведенные на "молекулярном уровне", говорят о том, что мозг требует для своего полного развития, особенно в ранних стадиях, не только соответствующего питания, но и стимуляции. Невроны, лишенные любого из этих факторов - но особенно стимулирующей "учебной" среды, - не могут вырабатывать РНК-белковое содержание, не могут формировать богатую сеть волокнистых соединений, они становятся, образно говоря, пустыми мешками и в конечном счете атрофируются. Новые исследования могут повлечь за собой большие изменения в области образования. Уже сейчас существует движение за то, чтобы начать образование на первом году жизни".

Электроэнцефалографические исследования также приводят к выводу о том, что в человеческом мозгу таятся громадные резервы. Грей Уолтер - звезда первой величины в этой области "Англия) - пишет: "Мы так привыкли к посредственности, к "среднему арифметическому" уровню нашего окружения, что вряд ли в состоянии представить себе мощь мозга, работающего с полной отдачей. Настоящие гении лично известны немногим, а их способности могут оценить только равные им... Из всех выдающихся людей, которые предположительно составляют один процент населения земного шара, лишь малая часть достигает возраста ответственных поступков, не будучи изуродована воспитанием... Несомненно, наступило время изучить и условия, способствующие развитию гениев с высокой подвижностью функций мозга".

Однако в настоящее время школа еще не уделяет должного внимания способным детям. И даже хуже того: по подсчетам специалистов, "во Франции примерно 2,5 процента школьников проявляют исключительные способности... Интеллектуальный

индекс у этих детей порядка 130 (средний уровень -100"... но ЧЕТВЕРО из ПЯТИ одаренных детей не в силах приспособиться к школьной программе и ЧИСЛЯТСЯ СРЕДИ ОТСТАЮЩИХ", - сообщает журнал "Констелласьон" в заметке "Помогите вундеркиндам" (Рим, 1968). Что же удивительного, что "ребенок, подававший большие надежды, не оправдывает их"? Не вина это, а беда его. Мы еще не задумываемся всерьез над этими потрясающими фактами и выносим себе оправдательный приговор.

Специальные школы (математические, физические и др.) у нас позволяют части способных детей избежать этой печальной участи "числиться среди отстающих", но какое количество не могут этого сделать! Правда, иногда родители правильно оценивают возможности малышей и помогают им "быстро двигаться", как в семье Двораков (г. Киев), где старший сын - Саша в двенадцать лет окончил школу, а в 17 - механико-математический факультет университета, пятнадцати лет его сестра Таня была на втором курсе, а девятилетний Володя учился в 5-м классе. Или учитель Д. Таракулов, оценивший способности Рузихол Шадиевой и позволивший ей одолеть "ТРИ КЛАССА ЗА ГОД" ("Правда", 1976, 26 сентября), так что к восьми годам она оказалась в четвертом классе.

Такие факты теперь не редкость и число их, конечно, быстро бы выросло, если бы учителя и работники народного образования узнали о существовании беспощадного НУВЭРСа. Почему, действительно, в некоторые годы до полутора миллионов школьников "оставалось на второй год"? Почему не позволяли стольким же "шагнуть вперед на год"? Ведь распределение способностей среди учеников подчиняется общему закону распределения случайных величин, и, видимо, близко к симметричному. Значит вперед должно уходить ровно столько же учеников, сколько их отстает. А мы почему-то видим только слабую часть и "принимаем меры", "подтягиваем отстающих", а о способных забыли.

Но здесь, если опять-таки верить исследованиям специалистов Франции, мы беспокоимся о судьбе лишь двух с половиной процентов. А как же остальные 97,5%? 0 них надо позаботиться значительно раньше, до школы, когда НУВЭРС еще не успеет завершить основную часть своих губительных разрушений. Выражаясь фигурально, формирование личности происходит в дошкольном детстве, а в школе идет лишь ее косметическая отделка. Этот вывод с каждым годом становится все более и более обоснованным.

Очень доказательны данные, полученные П. Г. Лехестик в

Пыльваской школе ЭССР. В 1967 году было обследовано 270 школьников перед поступлением в школу. Проверялись умение читать, писать, считать, а также внимание, память, сообразительность. Через три года, после окончания этими учащимися начальной школы, их успеваемость сравнили с результатами предварительного обследования. Учащиеся, хорошо успевающие в школе, обнаружили и в предварительном обследовании высокий уровень развития памяти, мышления, все умели еще до школы читать, писать и считать. Исследователи, не подозревая о существовании НУВЭРСа, сделали совершенно правильный вывод: "причиной неуспеваемости ребенка с первых лет учебы в школе, является его недостаточная подготовленность в дошкольном возрасте".

На Всемирной ассамблее международной Организации по вопросам дошкольного обучения и воспитания (Афины, 1966 г.) Рене Заззо (Париж) подвел итоги многим исследованиям последних лет: "По мере накопления наблюдений значимость первых лет жизни выступала со все большей силой... оказалось, эти первые годы жизни характеризуются богатством, о котором ранее не подозревали". Далее он добавляет: "По опыту Флоренс Гудинаф:

"точка равновесия между рождением и взрослостью приходится на возраст три года". "Торндайк и его сотрудники пришли в результате вычислении... к тому же самому выводу, а именно, что в возрасте трех лет человеческое существо проделало уже полпути своего умственного развития".

Поиски решения проблемы способностей

Отрывочные сведения, которые удается получать, говорят о непрерывном росте интереса к проблеме (интереса научного и утилитарного) и о приближении к познанию закономерностей раннего развития.

Нехватка ученых, обладающих высоким творческим потенциалом, заметнее ощущается в развитых странах. США решают проблему даже таким способом -усиленно вывозят ученых из Европы, прельщая их высокой оплатой (в три раза выше, чем в Англии), богатым оборудованием лабораторий и возможностью более эффективно вести исследования. По сообщениям печати, в США ввезено за 1967-й и 1968 годы более пяти тысяч ученых из Англии, Франции и ФРГ. Одновременно ведутся

исследовательские работы и ставятся эксперименты. в Филадельфии существует "Институт по исследованию человеческого потенциала", координирующий свои усилия с группой специалистов Пенсильванского университета. Профессор этого института Глен Думен считает, что самый "правильный" возраст, в котором следует учить ребенка читать, -это полтора-два года. Это "не выдумка мечтателя-утописта, не спекуляция на человеческом желании улучшить этот мир, а выводы, полученные в результате двадцатилетних экспериментов", - пишет Мауро Каламандреи в "Эспрессо" (Рим, 1966 г.). В Токио (Япония) открыта школа одаренных детей - своего рода дополнение к обычной школе. Ее задача - готовить элиту для японской науки и промышленности (японские промышленники выплачивают астрономические суммы за иностранные технические патенты). Школа уже продемонстрировала свои возможности, повышая на 20-30 пунктов индекс интеллекта своих питомцев за год. Ученики школы (старшему из них 12 лет) уже обошли по показателям сообразительности, зафиксированным специальными тестами, студентов Токийского университета. В школу поступают заявления о приеме даже из США. Наш корреспондент видел там мать, которая привозит сына на занятия самолетом из Осаки. В школе около ста детей, число учащихся в классе не более четырех. Занятия два раза в неделю по 1-2 часа. Особая программа и необычная методика. Директор школы - профессор Такэя Фусими - утверждает: интеллект человека прогрессирует наиболее быстро в детском возрасте - от рождения до двенадцати лет. Не упустить золотое время, дать формирующемуся человеку как можно больше шансов развить интеллектуальные способности - такова задача школы. Основание он видит в работе биологов, которые считают, что среди 15 миллиардов клеток мозга активно работают около двадцати процентов. Остальные почти бездействуют. В 1977 году это число уже считали равным 10-12%, а в 1985-м - даже 3-5%. Таким образом, исследования иностранных ученых и практические эксперименты идут по линии преодоления НУВЭРСа и сокращения асинхроната, то есть с каждым годом все более вскрывают колоссальные возможности человеческого мозга, на использование которых направлена новая гипотеза. К сожалению, в нашей стране в этом отношении делается крайне мало.

Вместе с запрещением педологии почти полностью прекращены попытки измерений и объективной оценки уровня развития интеллекта, и творческих способностей в том числе, а значит, и нет возможности научно обосновывать или отвергать новые методы обучения и развития детей, достижения и

недостатки в работе как общеобразовательных, так и специальных школ, и различных воспитательных учреждений. Научных работ, направленных на преодоление этого недостатка, не публикуется. И совсем нет экспериментов и исследований, направленных на проверку новой гипотезы способностей - одной из важнейших в наше время психолого-педагогических проблем. Создавшееся положение надо изменить как можно быстрее, иначе нам грозит отставание не только в новом, перспективном и быстро развивающемся направлении психолого-педагогических исследований, но главное - в системе подготовки молодых кадров, творцов научно-технического прогресса. Такое отставание ликвидировать не просто, потребуются десятилетия, чтобы осуществить сдвиг к раннему развитию детей в широких масштабах. Это очень сложная задача в экономическом и социальном плане. Но решать ее нужно. И первым шагом к ее решению должен стать эксперимент, поставленный на серьезной научной и материальной основе. Такой эксперимент в масштабе научно-производственного педагогического объединения (НППО), охватывающего ныне разъединенные родильные дома, ясли, детский сад, начальную и среднюю школу, базовое предприятие и научно-исследовательский центр, имеющего единую социально-педагогическую программу и несущего ответственность за свою "продукцию", а еще лучше - ряд подобных НППО быстро смогли бы соединить усилия отдельных энтузиастов и дать им возможности для разработки методик раннего развития различных способностей и подойти, наконец, к задаче практического осуществления цели разностороннего развития человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современная школа готовит детей в основном к исполнительской деятельности и развивает преимущественно их исполнительские способности, хотя уже совершенно определенно выявилась тенденция к тому, что все большая и большая часть исполнительской работы будет перекладываться на машины, а мозг человека все больше будет освобождаться для истинно человеческой -творческой деятельности.

Чувствуя нарастающую потребность общества в развитии творческих способностей людей, школа уже делает первые шаги в этом направлении. На это направлены и реформа школы 1984 года, и решение о введении курса по изучению компьютерной техники, и поиски учителей-новаторов - В. Ф. Шаталова, М. П. Щетинина, С. Н. Лысенковой и др., удивляющие нас раскрывающимися возможностями детей. Но результаты пока не могут быть значительными из-за потерь, которые в дошкольный период наносит детям НУВЭРС.

Познания закономерностей развития творческих способностей и преодоление НУВЭРСа, то есть сдвиг развития детей в сторону БОЛЕЕ РАННЕГО, откроет огромные резервы способностей, которые мы сейчас хороним в дошкольном и младшем школьном возрасте, и поможет успешно решить целый ряд проблем современности:

- это позволит ликвидировать перегрузку учащихся в школе, угрожающую сейчас их здоровью;

- это освободит детям ВРЕМЯ для занятий теми важными видами человеческой деятельности, для которой сейчас его не остается, - в первую очередь на производительный ТРУД, затем на спорт и на техническое и научное творчество;

- это позволит резко повысить уровень школьной подготовки и привести ее в соответствие с требованиями научно-технического прогресса в наше время;

- все это поможет создать условия, при которых станет возможным развитие всех творческих, созидательных сил человека и - главное - до высот, которые сейчас доступны только единицам.

ЛИТЕРАТУРА

1. Педагогический словарь. Гл. ред. И. А. Каиров. В 2-х томах, Изд-во АПН РСФСР. М., 1960.

2. Мясищев В. Н. Проблема способностей в советской психологии и ее ближайшие задачи. В сб.: Проблемы способностей. М., 1962, с. 10-11.

3. Колмогоров А. Наука требует горения. - "Известия", 21.2.1962.

4. Заззо Рене. Психическое развитие ребенка и влияние среды. - "Вопросы психологии", 1967, No. 2, с. 129.

5. Ауэрбах Ш. Генетика. М.: Атомиздат, 1966, с. 157.

6. Бидл Джордж У. Человек и культурная наследственность. - "Америка", 1966, No. 120, с. 22.

7. Sjolin Stig (Швеция). Уход за здоровыми Детьми в дневных центрах. - В Сб.: Уход за детьми и их воспитание а дневных центрах. Женева, 1965, с. 24.

8. Lebovici S. (Франция). Детский психиатр о детях в дневных центрах. - Там же, с. 89-108.

9. Никитин Б. Вот как надо учить. - "Народное образование", 1964, No. 1, с. 53.

10. Никитин Б. Опыт объективной оценки уровня развития технических способностей школьников. - В сб.: Вопросы психологии способностей школьников. М., 1964, с. 101-135.

11. Никитин Б. Опыт объективной оценки продуктивности технической деятельности учащихся I-XI кл. Рукопись / Институт психологии АПН РСФСР. М., 1964.

12. Котовщикова А. Они растут без мамы. - "Нева", 1965, No. 6.

13. Выготский Л. С. Обучение и развитие в дошкольном возрасте. - Избр. психологические исследования. М., 1956, с. 429.

14. Курдюмов М. Важный вопрос. - "Народное образование", 1967, No. 9.

15. Эльконин Д. Б. Детская психология. М., 1960, с. 106

16. Леви Вл. Охота за мыслью. М., 1967, с. 271-277.

17. Лессинг Л. Внутри молекулы мозга. - "За рубежом", 1966, No. 37, с. 27.

18. Уолтер Грей. Живой мозг. М., 1966, с. 269-270.

19. Чехонин Б. "А как ты думаешь?" - "Неделя", 13-19 августа 1967 г., No. 34.

20. Лехестик П. Г. Об одном из путей предупреждения

неуспеваемости в школе, "Актуальные психолого-педагогические проблемы обучения и воспитания". - Тезисы докл. конф. Минск, 28-31.3.1973. М., 1973, с. 207.

21. Айзенк Г. Проверьте свои способности. М., Мир, 1972, с. 20.

22. Дубинин Н. П. Наследование биологическое и социальное. - "Коммунист", 1980, No. 11, с. 67.

23. Дубинин Н. П. Там же, с. 68.

И ВНУКИ
(Наблюдения дедушки и размышления бабушки)

ДЕДУШКА: Теперь, когда все дети выросли и работают, а в четырех молодых семьях растут уже девять внучат, очень многие спрашивают нас:

- А ваши дети воспитывают внуков так же, как вы? Согласны ли дети с вашими методами воспитания? Если ответить, что согласны, то это будет верно лишь отчасти. Во-первых, дети выросли очень разные по своим характерам, а во-вторых, их мужья или жены пришли, естественно, со своими взглядами, с другим опытом и теми привычками, которые трудно изменять, когда человек уже вырос. Поэтому в семьях у них сложились своеобразные обычаи, естественные для них и не всегда рациональные, с моей точки зрения. Но что поделать? С внешней стороны - многое "по-никитински": дома малыши носятся и зимой и летом босичком; на спортивном комплексе "Аист", который я привез из далекого Северодвинска, проводят столько времени, сколько душа пожелает, и превращают его и в "пароход", и в "автобус", и в "космический корабль". Они очень дружны между собой и если вынуждены зимой на две-три недели расставаться, то скучают и радуются встрече так горячо, словно не виделись целый год. Наши дети кое в чем пошли дальше нас. Мы, например, не окунали своих детей в холодную воду, когда приносили из родильного дома, а они это делают. Оказывается, это лучший способ запуска терморегулирующих функций, и потому без тени страха внучата всю зиму выскакивают босиком на снег и со мной, и без меня. Поэтому хлопот со здоровьем внучат почти никаких, а для нас особенно отрадно то, что у них и в помине нет того кошмарного экссудативного диатеза, который преследовал шестерых наших детей долгие годы. Спасибо Илье Аркадьевичу Аршавскому. Его совет дать ребенку материнскую грудь в первые же минуты жизни (гениальное открытие!), чтобы младенец высосал первые капельки молозива (природный эликсир жизни и здоровья!), спас от диатеза младшую нашу дочку и почти всех внуков. И результат: из девяти внуков только один пострадал от диатеза... * Снова и снова мы убеждались: то, что 17 лет тому назад казалось нам случайностью, на самом деле есть

могучий закон природы.

* Помогло ему от диатеза народное средство: березовый деготь, смешанный пополам с топленым нутряным салом, - мазать больную кожу дважды в день в течение недели.

А внучата радуют нас не только шелковистой кожей, но и ладными стройными фигурками, удивительной ловкостью и легкостью движений и той потрясающей неутомимостью, которая так обычна для малышей и которая иногда почему-то пугает взрослых. А сколько силы в этих неугомонных деятелях! И они, конечно, должны ее показать каждому, кто остановится около дедушкиных гирь. Весят гири 16, 24 и 32 кг, но уже начиная с 2,5 года все становятся "тяжелоатлетами", а в 5-6 лет переставляют с места на место даже самую тяжелую (сами-то весят всего 16-18 кг). Трое старших внучат (5, 6 и 8 лет) давно читают книжки, и не только себе, но и младшим, а Дашенька в два с половиной года не только знает все буквы и цифры, но и безошибочно находит на школьном глобусе все материки и океаны. Внуки много конструируют, строят сооружения из кубиков и все тех же деревянных кирпичей, которые я сделал еще для своих ребят.

Мне, правда, кажется, что в свое время мы больше времени и сил уделяли детям, они развивались быстрее, чем внучата, и были сообразительнее, Но доказать, что это так, довольно трудно.

Бесспорным остается только одно - возможности детей настолько выше и научных и житейских представлений, что грустно видеть и убогость современного слишком среднего образования, и трагедию самых способных и одаренных, которых школа останавливает в развитии уже в 12-13 лет. Остается только надеяться, что оживляющая общество гласность приведет, наконец, не к словесной, а реальной перестройке, когда появятся возможности хотя бы в нескольких школах дать простор расцвету способностей и талантов наших детей, а общество научится и видеть, и ценить талантливых людей. Мечтаю, чтобы мои внуки учились в такой школе.

БАБУШКА: Внуки у нас подоспели как раз к моему уходу на пенсию, так что мой "заслуженный отдых" оказался очень кстати. И вот уже почти десять лет я дома - с внучатами. Получилось так, что двое всегда при нас, мы живем вместе; двое приезжают на выходные и на лето, остальные бывают раза 3-4 в год - чаще просто не выходит: далеко живут. И вот что я заметила: всех я люблю, конечно, но как по-разному складываются наши отношения! Что любовь даже у матери бывает разная, это я и раньше знала: к ней всегда примешивается то чувство острой жалости, то какой-то робости, то глубокого уважения, то удивления - свой "привкус", свой "оттенок" у любви к каждому

ребенку. А с внуками вышло по-другому, здесь многое зависит от того, сколько мы бываем вместе. Вот когда я поняла и почувствовала, как сложно бывает с малышами, когда они растут не рядом, а где-то за тридевять земель. С теми, что живут у нас, мы понимаем друг друга с полуслова, полувзгляда, как камертоны, легко настраиваемся друг на друга - такого наслаждения от взаимопонимания я не испытывала даже с детьми.

А вот к внучатам, приезжающим раз в неделю, уже приходится поначалу привыкать, ведь дней пять не виделись - они уже другие! Помогает, конечно, опыт, но опыт - это обобщенное знание, а здесь-то каждый - уникальная личность, которая успела измениться и... отвыкнуть от меня. Первый день приходится быть "на подступах", второй - мы уже свои, а тут - снова расставание.

С остальными еще сложнее: три-четыре месяца перерыва - словно скачок в неизвестное. Тут уж приноравливаться заново и завоевывать их симпатию приходится неделями.

Вот после этого и думаю, думаю... Бабушки и дедушки все чаще становятся теперь приходящими. А от приходящих, временных что внукам достается? Только гостинцы и нотации. Немного, честно говоря. Впрочем, старикам от внуков тоже ничего не перепадает, кроме спасибо и вежливых улыбок. На шею никто не кинется, не задохнется от счастья, как недавно моя Лёлечка. Мы с ней за все три года ее жизни почти не разлучались надолго, а тут меня не было около двух недель. Обняв меня крепко-крепко, она не могла даже вымолвить ничего, только постанывала: "А! а!" - и прижималась, прижималась щекой к моей щеке. А про гостинцы мы обе забыли...